

市報 アルプスがふたつ映えるまち
こまがね

2023年(令和5年)
6
No.1186



山のシーズン
幕開け告げるホルン



子育ての楽しいまちに 子育てを 全力で応援！

駒ヶ根市は「子育て全力応援！」を宣言し、今年で3年目を迎えました。ますます加速している少子化を打開するため、子育て中の皆さんなどと意見交換を行い、施策を充実させています。妊娠、出産、子育てと切れ目のない施策を組み合わせ、子育てが楽しくなるまちを目指し取り組みを進めています。

Contents ～もくじ～

- 2 特集 子育てを全力で応援！
- 6 情報ピックアップ
 - ・こまタクをご利用ください
 - ・市長が市政を解説
 - ・個人住民税納付のお願い
- 8
 - ・リニア中央新幹線工事発生土の運搬
 - ・全国大会出場者激励金
 - ・ハーフマラソンランナー募集
 - ・市職員を募集
- 10
 - ・行政文書の開示・閲覧状況
 - ・新市議会議員の紹介
- 12 こまかっぱ情報コーナー
- 18 すこやかライフ (健康情報)
カリヨン (文化センター情報)
- 20 やまびこひろば
 - まちのお店探訪
夢倶楽部しらかば
 - JICA海外協力隊通信
中島 雅樹 さん
 - ちょっとひとこと
堺澤 英里 さん
- 22 みんなのれしび
伊藤市長の雑記帳
- 23 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
(きらめき公園)
 - 元気なこまがねっ子
(中沢保育園・中沢小学校
シイタケの駒打ち)
 - Happy Birthday 6月生まれ
司書おすすめ絵本

今月の表紙

山のシーズン 幕開け告げる
ホルン(4月29日)

中央アルプス開山式が、千畳敷の駒ヶ岳神社で行われました。山の安全を祈願した後、アルプホルン駒ヶ根の皆さんによる演奏が千畳敷カールに響き渡りました。



いただいた声を施策に

アンケートや意見交換の中で要望の多かった内容が、実際に施策となった例を紹介します。

雨の日も子どもが安心して遊べる施設がほしい



本年度、屋内キッズスペースを設置します。また、スポーツ団体の利用が少ない時間帯に、ふるさとの丘アルプスドームを開放しています。

子育て支援センターを休日も開館してほしい



子育て支援センター「きっずらんど」の土曜開館を実施しています。

子どもが無料で医療を受けられるようにしてほしい



高校生までの医療費の無償化を行いました。

不妊治療に対する助成やサービスを充実させてほしい



不妊治療費の補助を行っています。

次のページで上記の施策を含め、支援メニューの詳細を紹介します。



少子化の打開へ 意見交換から施策へ

これからの駒ヶ根や日本の未来を担う子どもたちは、かけがえない宝です。しかし現在、少子化は一層加速しており、昨年、全国で生まれた赤ちゃんの数は80万人を切ってしまいました。少子化は、日本だけでなく、先進国にほぼ共通の現象で、さまざまな要素が絡みあつて進んでいると考えられます。このため、これが決め手という明確な対

策を見つけにくいものです。そこで市は、この状況を打開するため、令和3年春に「子育て全力応援」を宣言し、3年間を全力応援の集中期間として取り組んでいます。

まず、部や課を超え、子育て中の職員も参加してプロジェクトチームをつくりました。さらに、市役所庁内だけでなく、子育てサークルや子育て施設を利用する皆さんと意見交換を重ね、本当に求められる施策をつくってきました【左枠】。



えがお出会いサポート

結婚を望む方の出会いから成婚までをサポート(相談無料)。移住婚希望者も受け入れ、新たな出会いを創出します。また、安心して新婚生活を送れるよう、移住した登録者の生活相談も行います。

こまがねde

新婚生活スタートを応援

経済的な理由で結婚に踏み切ることができない方を応援するため、新婚生活に必要な住居確保に係る費用を支援します(最大70万円)。

対象 夫婦共に39歳以下で、前年度の世帯所得が500万円以下の世帯



不妊治療費を助成

不妊治療を行っているご夫婦の経済的負担を軽減するため、不妊治療にかかった費用の一部を助成します。

助成額 補助対象経費の1/2以内
(上限20万円)

ふるさとの丘アルプスドームを開放

天候に左右されず子どもが自由に体を動かし遊べる場として、スポーツ団体の利用が少ない時間帯に、ふるさとの丘アルプスドームを開放しています。



期間 5～10月の
毎週火・水・金曜日(祝日を除く)

時間

- ◆火・金曜日:午前9時～正午
(7月25日～8月29日は
午前9時～午後5時)
- ◆水曜日:午後1～5時

子育て支援メニューを紹介

子育て全力応援期間の3年目を迎え、さらに充実した子育て支援制度の一部を紹介します。



男性の子育て参画促進

育児休業取得や短時間勤務など、子育てをする環境面の支援を行い、企業や事業所で働く皆さんの育児支援を促進します。男性が家事・育児に参加する環境を整え、男性・女性問わず子育てに参画する機運を高めます。



出産・子育て応援ギフトを交付

国の出産・子育て応援交付金を活用し、応援ギフトを交付します。また、新たに妊娠8カ月教室を実施し、従来の相談事業と併せて伴走型相談支援を実施します。

出産応援ギフト 5万円(妊娠届け出時面談後)
子育て応援ギフト 5万円(全戸訪問面談後)



保育園等でのおむつ処分支援

公立保育園・幼稚園で出た使用済みおむつは、各家庭でお持ち帰りいただいていたが、園で処分することで保護者の負担軽減を図ります。※準備が整い次第開始

屋内キッズスペースを設置

天候に左右されず、幼児期の親子が安心して遊べる屋内フリースペースを設置します。



いい育児の日 イベント開催

いい育児の日に関連したイベントとして、親子が楽しめる「青空すくすくマーケット」を春と秋に開催します。フリーマーケットを中心としたイベントで、秋は親子で遊べる体験コーナーなども企画します。

5/30
(火)

青空すくすくマーケット



子育て用品フリーマーケット「青空すくすくマーケット」を開催します。子ども用品などをお得に購入できるチャンスです。ぜひお出掛けください。

時間 午前9時～正午

場所 駒ヶ根総合文化センター周辺

出品内容

- ◆子ども～大人用洋服
- ◆マタニティーウェア
- ◆おもちゃ、絵本、紙おむつ(未開封品)
- ◆ハンドメイド品



詳細は市HPへ

きっずらんど土曜日開館

要望の多かった子育て支援センターの休日開館を始めました。昨年からの試験的に「きっずらんど」の土曜日開館を行っています。



コロナ禍のため昨年度は予約制でしたが、本年度から予約不要となりました。

子ども医療費を助成

昨年8月から、18歳までの子どもの医療費が無料になりました(保険適用医療費のみ)。医療費の負担を軽減し、安心して子育てのできる環境整備を進めます。

子育て&移住・マイホーム支援

子育て世代の移住・定住を促進するため、移住者等を対象に住宅取得費を補助します。

新築住宅 最大120万円

中古住宅 最大100万円

紹介しきれないメニューや
子育て支援の詳細はこちら→



切れ目のない支援で
子育てが楽しいまちへ

令和2年に市内で生まれた赤ちゃんは、200人に落ち込みました。令和3年4月に「子育て全力応援」を宣言し、同年の出生数は203人、令和4年は198人となり、ほぼ横ばいとなっています。少子化対策は、すぐに効果が現れにくく、息の長い取り組みが必要です。しかし、今始めなければ何も始まりません。市は今後も、さらに工夫を重ねていきます。

危機的な少子化に対して、全市を挙げて集中的に取り組む「子育て全力応援」宣言も3年目の最終年となります。新たな事業の追加や既存事業の拡充を行い、さらに積極的に推進していきます。妊娠、出産、子育てと切れ目のなく、きめ細かな施策を組み合わせ、子育てが楽しくなるまちを目指します。

【問い合わせ】

企画振興課 少子化対策係

内線244

【図】ご利用の流れ

①予約

電話・スマホアプリ・インターネットで、希望の日時や出発地、目的地などの情報を元に予約します。

※電話の場合は、事前登録後の「こまタクの案内」記載の電話番号へ。

※予約はご利用日の2週間前から前日の午後4時半まで。



②お迎え(自宅)

指定された場所へ、こまタクが向かいます。

※お迎えの時間は利用人数などによって変わります。



③停留所(目的地)へ

自宅から停留所(医療機関や公共機関等の25カ所)までお送りします。おおむね1時間以内に停留所まで行くことができます。

※停留所はQRコードからご覧いただくかお問い合わせください。



交通

通院やお買い物を
便利なこまタクで

こまタクの運行時間と運賃

◆運行時間(祝日等を除く平日)

〈往路(自宅から停留所)〉

午前8時30分、午前10時

〈復路(停留所から自宅)〉

正午、午後1時30分

◆運賃 片道一律400円

※福祉タクシース券等は使えません

運転免許証の返納を支援します

運転免許証の全てを自主返納された方に、こまタク乗車券1万円分を交付しています。返納日から1年以内に申請いただいた方が対象です。

【問い合わせ】

企画振興課地域政策係

内線242

市長が 政を解説



市役所が健康経営優良法人に

駒ヶ根市役所は本年度、経済産業省の「健康経営優良法人」を県内の自治体で初めて取得しました。この制度は従業員の健康を経営的視点で考え戦略的に取り組む法人が評価される環境の整備が目的。健康管理のモデルを育てて取り組みを広げることが狙いです。

認定には健康経営の推進計画や運動機会の増進など、さまざまな項目をクリアしなくてはなりません。1年余りかけて取り組み、基準を満たすことができました。市のホームページには健康経営宣言を掲載しています。



2023
健康経営優良法人

ロゴマークを名刺などに掲載しPRするほか、健康管理に力を入れます。職員の活力が高まれば、行政サービスの充実につながると考えます。ただ、認定を続けるには毎年、審査をパスしなくてはなりません。本年度も取り組みを進めます。

税金

個人住民税の納付を お願いします

個人住民税(市・県民税)とは

令和5年度の個人住民税は、令和4年1月1日～令和4年12月31日までの所得に対して課税されます。市民税と併せて県民税も徴収します。

課税対象者

令和5年1月1日時点で、市内に住所のある方

※障がい者、寡婦またはひとり親で所得が一定額以下の方などは、個人住民税が課税されない場合もあります【下表】。

個人住民税の計算方法

納めていただくのは、均等割と所得割の合計金額です。均等割と所得割の計算方法は、次の通りです。

◆均等割

皆さんに一定額を負担していただくもので、市民税3500円、県民税2000円の合計5500円です。

◆所得割

前年の所得金額に応じて負担していただくもので、税率は市民税6%、県民税4%です。この

税率は、一部の自治体を除き全国一律です。

詳しくは、市ホームページ(下QR)をご覧ください。



【表】個人住民税が課税されない方

対象者	均等割	所得割
生活保護法による生活扶助を受けている方	非課税	
障がい者、未成年者、寡婦またはひとり親で前年合計所得金額が、135万円以下の方		
前年中の合計所得金額が、次の額以下の方 28万円×(扶養親族の数+1)+10万円+16.8万円 ※16.8万円は扶養親族がいる方のみ加算		
前年中の総所得金額が、次の額以下の方 35万円×(扶養親族の数+1)+10万円+32万円 ※32万円は扶養親族がいる方のみ加算	課税	非課税

税額のお知らせ方法

◆給与から天引きの場合

勤務先を通して税額決定通知書を配布します。勤務先へは5月12日(金)に発送済みです。

◆公的年金から天引きの場合や、納付書や口座振替で納める場合

6月9日(金)に納税通知書を発送します。

◆第1期の納期限は6月30日(金)

個人住民税を納付書や口座振替で納める場合、納期は年4回です。納期内の納付にご協力をお願いします。

◆第1期 6月30日(金)

◆第2期 8月31日(木)

◆第3期 10月31日(火)

◆第4期 令和6年1月31日(水)

令和5年度 所得証明書の発行は6月1日(木)から

◆証明書に記載されるもの

令和4年中の収入・所得・控除額と令和5年度の課税額

◆申請できる方

本人または同一世帯の家族(別世帯の場合は委任状が必要です)

◆発行場所

市役所税務課・市民課、中沢・東伊那支所、駒ヶ根駅市民サービスコ

退職後の住民税の納付は？



- Q これまでは会社で個人住民税が天引きされていましたが、会社を退職した後はどのように納付すればいいですか？
- A 会社を退職した後に別の会社にお勤めにならない場合は、ご自身で納付をいただくことになります。市税務課から送付される納税通知書をご確認いただき、納付書等により期限までに納付をお願いします。

イナリ、コンビニエンスストア
手数料 1通300円
(コンビニでは250円)

◆必要なもの

申請者の本人確認書類(運転免許証など)、申請者が別世帯の家族の場合は委任状、コンビニで取得する場合はマイナンバーカード
※コンビニでの証明書取得は、証明年度の1月1日から継続して駒ヶ根市に住所がある方に限ります。

【問い合わせ】

税務課 市民税係
内線 275

交通

JRリニア中央新幹線工事 発生土の運搬車両が通ります

中沢新宮川岸地区で、JRリニア中央新幹線工事発生土を活用した土地改良事業を行います。工事期間中、盛土材運搬車両が通ります【図】。ご理解とご協力をお願いします。

◆運搬予定期間

6月頃～令和7年春頃

◆運搬時間帯

午前8時30分～午後4時30分頃

【問い合わせ】

農林課 耕地林務係

内線417

※期間や時間は変更する可能性があります

◆アンケート調査にご協力ください

改良事業後の土地活用に向け、竜東振興拠点施設整備への意見を募集しています（詳細は12ページへ）。

補助

全国大会出場選手に 激励金を交付します

市では、生涯スポーツの振興や生涯学習の促進を目的に、スポーツや文化活動の全国大会等の出場者へ、激励金を交付しています【左表】。

申し込み方法

対象の方は、大会2週間前までに申請書を提出してください。

◆大会前に提出するもの

- 交付申請書
- 大会実施要項（領）
- 参加申込書（名簿）
- 予選大会結果

◆大会後に提出するもの

- 実績報告書
- 大会結果
- その他詳細は、市ホームページをご覧ください。

【問い合わせ】

〈スポーツ関連〉

社会教育課 スポーツ振興係

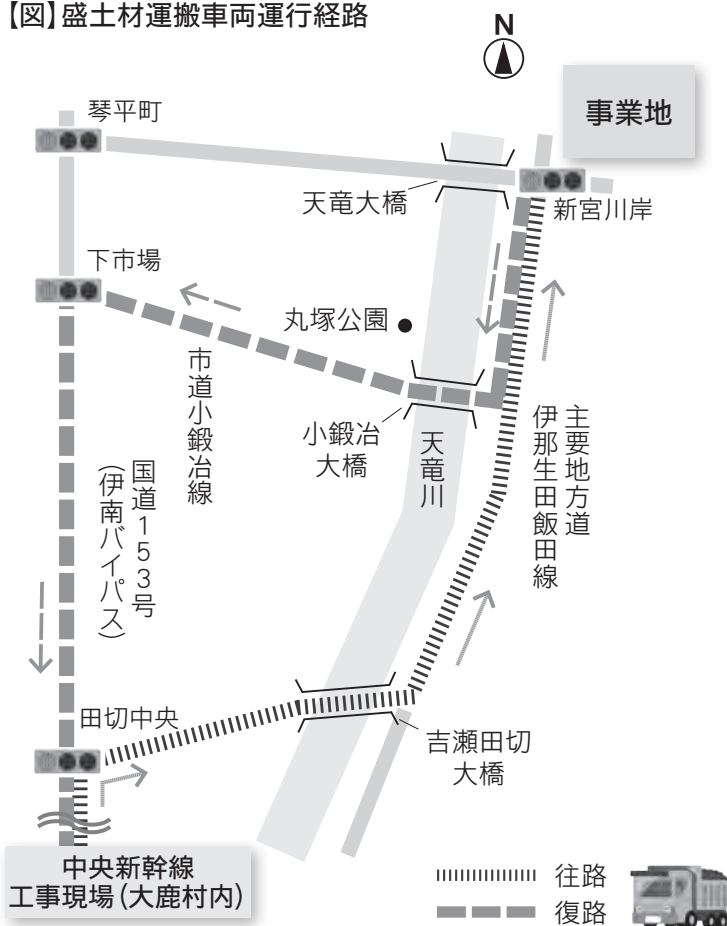
内線723

〈文化関連〉

社会教育課 生涯学習係

内線721

【図】盛土材運搬車両運行経路



対象大会

全国大会以上

交付額

一人当たり5,000円

1大会につき上限100,000円

※スポーツに関する大会は、市スポーツ協会からも交付あり。（一人当たり3,000円、1大会につき上限60,000円）

対象者

市内に住所がある方で、小中学生、高校生、大学生、社会教育または体育団体に所属する方など。詳細は、市ホームページからご確認ください。

文化



スポーツ



募集

駒ヶ根ハーフマラソン市民枠
5月29日(月)受付開始

第10回大会の概要

◆種目と参加費

・ハーフマラソン 6,000円

・5キロ 3,500円

・3キロ 500円

◆定員 4千人(3種目合計)

市民優先枠の申し込み方法

◆インターネット

「ランネット」からお申し込みください。大会ホームページからアクセスできます。



◆郵便振替

大会パンフレットの郵便振替用紙に必要事項を記入。郵便局で参加費を支払い、申し込みが完了。

【開催日】
9月24日(日)
雨天決行
【市民枠申し込み】
5月29日(月)
～6月2日(金)



大会パンフレット

◆配布開始 5月24日(水)から

◆配布場所

市教育委員会、市役所市民ホール、武道館、中沢・東伊那支所、赤穂公民館、駒ヶ根駅市民サービスコーナー、駒ヶ根総合文化センター、市内郵便局

※第9回の参加者には、5月下旬ごろに送付します。

【問い合わせ】

社会教育課 スポーツ振興係
内線723



「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」を受けて運営しています。

募集

令和6年4月採用の
市職員を募集します

令和6年4月採用の市職員を募集します。このまちの未来と一緒につくりませんか。やる気あふれる皆さんのご応募をお待ちしています。

募集の概要

◆募集職種(区分)

①行政事務(上級)

②土木(上級、中級、社会人)

③保育士(中級)

◆募集人員 いずれも若干名

◆年齢資格要件

受験案内をご覧ください

◆住所要件

住所要件はありません(採用後に駒ヶ根市に住むことが望ましい)

一次試験の概要

◆試験内容

総合能力試験・適性検査(SPI 3)、作文

◆日時

7月8日(土)午前8時40分～

◆会場 駒ヶ根市役所

応募の方法

受験を希望する方は、採用試験申

込書などの必要書類を郵送または窓口で提出してください。

◆郵送先

〒399-1419-2

駒ヶ根市赤須町20番1号

駒ヶ根市役所総務課職員係宛て

◆受付期間

5月25日(木)～6月26日(月)

消印有効

受験案内や採用試験申込書は、市ホームページからダウンロードできます。郵送による取得を希望される方は、ご連絡ください。

【問い合わせ】

総務課職員係
内線213



職員へのインタビュー 動画を公開しています

新規採用職員などがどのように働いているかご覧いただけます。



◀YouTube

公開

行政文書の
開示・閲覧状況

市には、市政を進める上で必要な情報が多く集められ、さまざまな行政文書が保管されています。皆さんの知る権利を保障し、市民参加による公正で開かれた市政を進めるため、請求により文書を公開しています。令和4年度の開示・閲覧状況をお知らせします。

詳細は、市ホームページ（下QR）をご覧ください。



●行政文書の開示状況

開示請求の概要	件数
住居表示の街区符号や住居番号の付定に関するもの	4
税に関するもの	3
会議等の経過に関するもの	2
公共工事などに関するもの	3
その他（届出書、資料）に関するもの	2

●個人情報の開示状況

開示請求の概要	件数
申請書に関するもの	1

【問い合わせ】
総務課 行政管理係
内線212

●住民基本台帳の一部閲覧状況 【問い合わせ】市民課 市民係 内線323

申し出者の氏名	利用目的の概要	閲覧日	閲覧した範囲（）内は居住地区
(一社)新情報センター	家計消費状況調査	10月18日	16歳以上の男女 100人 (赤穂497～3472、4508～10825番地)
		令和5年 2月8日	16歳以上の男女 150人 (赤穂・下市場)
(一社)中央調査社	テレビ視聴に関する調査	5月12日	16歳以上の日本人男女 14人 (中央11番8号～)
	参議院選挙に関する調査	6月9日	20歳以上79歳以下の日本人男女 23人 (飯坂2丁目7番～)
	令和4年度 食育に関する意識調査	9月28日	20歳以上の日本人男女 23人 (赤穂1417番地～)
	令和4年度 土地問題に関する国民の意識調査	10月5日	満18歳以上の日本人男女 14人 (赤穂14・20～1705、16683～16709番地)
	第5回会計と貯蓄に関する調査	10月12日	20歳以上の日本人男女 28人 (東町6番5号～)
	テレビ視聴に関する調査	11月22日	16歳以上の日本人男女 14人 (赤穂9942～)
(株)日本リサーチセンター	2023年度 人生100年時代における生活設計に関する調査	令和5年 2月14日	満60歳以上の日本人男女 35人 (赤穂14、16600～16715番地)
	生活意識に関するアンケート調査	5月25日	20歳以上の男女 15人 (中央、中沢)
長野県伊那保健福祉事務所	令和4年度 県民健康・栄養調査	10月19日	20世帯 (中沢菅沼区)

●選挙人名簿抄本の閲覧状況 【問い合わせ】選挙管理委員会事務局 内線211

申し出者の氏名	利用目的の概要	閲覧日	閲覧に係る選挙人の範囲	主たる事務所の所在地
(社)長野県世論調査協会	環境とくらし2022、われら信州人～教育編Ⅴ県民世論調査	4月7日	全投票区から 20人抽出	長野市 南県町680-5
	地方自治に関する世論調査、新型コロナウイルスに関する世論調査	9月9日	全投票区から 40人抽出	
	防衛政策等県民政治意識、環境とくらし2023、われら信州人～郷土・地域意識編Ⅵの県民世論調査	令和5年2月16日	全投票区から 40人抽出	
協同組合長野シーアイ開発センター	県民保健医療に関する意識調査	9月22日	全投票区から 50人抽出	長野市 箱清水23-13-1
日本共産党駒ヶ根支部	政治活動のため	12月13、15、16日、令和5年1月10、11、13日	市内全域	なし
藤井くにひこと みらいを創る会	政治活動のため	令和5年3月17日	赤穂地区	なし

議会

市議会議員の皆さんを紹介します

4月23日に駒ヶ根市議会議員一般選挙が行われ、15名の方が選出されました。
今後4年間、議員として活動する皆さんを紹介します(左上から五十音順・敬称略)。



氏名

行政区 年齢
所属党派 現・新
(年齢は6月1日現在)



いけだ さちよ
池田 幸代
福岡区 51歳
社民・現職



いまほり らいぞう
今堀 雷三
福岡区 58歳
無所属・新人



おしだ よしかず
押田 慶一
上穂町区 58歳
無所属・新人



おはら しげゆき
小原 茂幸
北割二区 69歳
無所属・現職



けがさわ ようこ
氣賀澤 葉子
市場割区 66歳
無所属・現職



こばやし としお
小林 敏夫
南割区 75歳
無所属・現職



こはら こういち
小原 晃一
北割一区 68歳
無所属・現職



たけがみ ようこ
竹上 陽子
南割区 69歳
共産・新人



たけむら ともこ
竹村 知子
中沢区 62歳
公明・現職



たけむら ほまれ
竹村 誉
中沢区 63歳
共産・現職



なかじま かずひこ
中島 和彦
町二区 64歳
無所属・現職



なかやま まほ
中山 万宝
福岡区 72歳
無所属・新人



ふじい くにひこ
藤井 邦彦
福岡区 57歳
立民・新人



まつざき ごうや
松崎 剛也
下平区 48歳
無所属・現職



みやした みおる
宮下 稔
中沢区 63歳
無所属・現職

【問い合わせ】議会事務局 内線801

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(4月1日現在)

- 人口 31,485人(△98)
男性 15,419人(△43)
女性 16,066人(△55)
- 世帯 13,236世帯(+23)
- 3月中の異動
転入243人、転出328人、
出生21人、死亡34人

第49回 市民総合体育大会

参加を希望する方は、各区を通じてお申し込みください。



▶期日 7月23日(日)

※雨天時は屋外競技のみ7月30日(日)に延期。なお、会場等の都合により、アーチェリー、ホッケー、ボッチャ、ゴルフは別日開催です。

▶申込期限 6月30日(金)まで

▶区対抗種目 陸上駅伝、軟式野球、ソフトボール、男女バレーボール、卓球、バドミントン、男女バスケットボール、弓道、テニス、ゲートボール、綱引き、マレットゴルフ、ゴルフ

▶個人種目 アーチェリー、ソフトテニス、剣道

▶オープン種目 ホッケー、ボッチャ



問 社会教育課 スポーツ振興係
内線724

くらふていあ杜の市

4年越しの開催です。クラフトや地元の物産の魅力に触れてみませんか。300を超え、クラフト出店や音楽、踊りの発表もあります。



▶ジャンル 陶芸、木工、布、ガラス、革、金属など

▶日時 6月3日(土)、4日(日)
午前10時～午後5時
※雨天開催

▶会場 駒ヶ根高原
(菅の台・駒ヶ池周辺)

▶駐車場 光前寺駐車場、駒ヶ根高原スキー場駐車場
※会場までの無料シャトルバスもあります

問 くらふていあ杜の市事務局
☎ 81-6198

機織りで裂き織りテーブルセンターをつくりませんか

▶日時 6月15日(木)
午前10時～午後2時

▶場所 ミュージアム内体験工房

▶定員 5人

▶受講料 3,000円
裂き布を持参される方は2,700円



▶サイズ 幅20cm×長さ80cm

▶持ち物 昼食、あれば裂き布

▶申込締切 5月30日(火)

問 シルクミュージアム
☎ 82-8381

こまゼミ 「しょうゆと甘酒の魅力」

上伊那を代表するしょうゆ製造元の伊那醤油。当日は、5種類のしょうゆの味比べなどしながら、種類や製法といった基礎知識から、料理での使い分け方まで学べます。また、米こうじを使った甘酒づくりの実演・試食を通じて、発酵の持つ力を体験できます。

▶日時 6月24日(土)
午前10時～正午

▶場所 ぱとな(中央16-7)

▶講師 米山 弘さん

▶協力 甘酒屋an's
白鳥杏奈さん



▶定員 15人

▶費用 300円(甘酒材料費)

▶申込締切 6月16日(金)

▶申込先 伊那醤油(株)

☎ 82-4043

問 商工観光課 商業係 内線431

手作り絵本巡回展

▶期間 ・6月30日(金)

午後5～9時

・7月1日(土)

午前9時～午後5時

・7月2日(日)

午前9時～午後4時

▶場所 駅前ビル アルパ(3階)

問 かりんとうの会 唐澤さん
☎ 090-4462-4458



第5次総合計画「竜東振興プロジェクト」 農業振興拠点に関するアンケート調査を実施

市では、竜東地域(新宮川岸地区)に農業振興へ向けた新たな交流拠点として、農産物直売所や加工施設などの農業振興拠点施設の整備を検討しています。これに向け、市民の皆さんからのご意見を募集します。

■実施期間 5月22日(月)～6月10日(土)

■実施方法 右のQRコードから回答してください

■注意事項 アンケート調査の回答は一人1回まで
QRコードを利用できない方はお問い合わせください



▲フォーム

問 農林課 農政係 内線415

知 信州の安心なお店制度・新型
コロナ対策推進宣言が終了

新型コロナウイルス感染症が
5類に変更されたため、県では
「信州の安心なお店認証制度」
「新型コロナ対策推進宣言」の
取り組みを一旦終了しました。

**募** 両制度に登録していた事業者の方

店頭のポスター・ステッカー
の取り外しをお願いします。な
お、今後の感染拡大状況により
再運用となった場合は市報など
でお知らせします。

問 商工観光課 商業係 内線431

知 はかりの検査を
実施します

「はかり」を取引や証明等に使用
している方は、都道府県が行
う定期検査を2年に1度受検す
ることが義務付けられていま
す。最寄りの会場に持参し、必
ず受検してください。なお、定
期検査に合格していないはかり
は、取引等に使用できませんの
でご注意ください。

▶持ち物 はかり、検査手数料
東伊那公民館

○6月20日(火)
午前10時30分～正午
午後1時～2時30分

市役所(市民体育館西側車庫前)

○6月21日(水)、22日(木)
午前10時～正午、午後1～3時

問 商工観光課 商業係 内線431

イ 池山クリーンハイキング

貴重な山の自然を守るため、
登山道をきれいにしながら、ハ
イキングを楽しみま
せんか。参加は無料
で、どなたでも参加
いただけます。



▶期日 6月4日(日) 小雨決行
▶行程 午前8時に古城公園集
合後、登山開始。

午後3時終了予定。

▶持ち物 昼食、おやつ、水筒、
雨具、防寒具など

▶服装 長ズボン、長袖シャツ、
運動靴

▶交流会 終了後、希望者で行
います(参加費1,500円)。

▶申込期限 5月30日(火)

問 県勤労者山岳連盟
駒ヶ根山岳会
林 博文さん ☎83-1423
赤羽 雅典さん ☎72-9640

子育てサポーター養成講座 受講者募集!

託児や保育園の送迎など子育てを応援する「子育て
サポーター」を養成する講座を開催します。講座で
は、子どもを預かるために必要な知識や技術が学
べます。託児を希望の方はご相談ください。

**■日程** (全7回)

【6月】7日(水)・14日(水)・28日(水)

【7月】5日(水)・12日(水)・20日(木)・28日(金)

■時間 午前10時～午後3時

■会場 駒ヶ根市役所 保健センター 乳幼児指導室(1階)

■受講料 2,619円(テキスト代) **■対象者** 20歳以上の方

■申込期限 6月1日(木) **■定員** 10人程度

問 子ども課 子育て家庭教育係 内線716

イ 高砂園
子ども服リユース

服は持ち帰り自由
です。服を持ち込む
場合は洗濯をしてか
らお持ちください。
次回開催日は市報等でお知らせ
します。



▶期日 6月8日(木)、9日(金)、
28日(水)、29日(木)、30日(金)

▶時間 午前10時～午後3時

▶場所 高砂園 第1集会室

▶取り扱う衣類
80～150cm(下着・靴下は除く)

問 駒ヶ根市社会福祉協議会
高砂園 ☎82-2012

**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)



住宅・土地統計調査の調査員を募集

市では、今年の10月1日に実施される「令和5年住宅・土地統計調査」の調査員を募集します。この調査は5年ごとに総務省が行っているもので、住宅の居住状況や土地の利用状況などを調査します。募集内容は次のとおりです。ご希望の方はお問い合わせください。

▶ **調査期間** 9～10月中の2カ月間

▶ **仕事内容** ○担当調査区内の住宅を訪問して、調査についての説明や聞き取り

○調査対象となった家への調査票の配布や回収

▶ **報酬** 担当する場所や件数によって算定し、調査後にお支払いします(およそ6万2000円前後)。

▶ **応募条件** ①満20歳以上の方
②責任をもって調査事務を遂行できる方
③秘密保持に関して責任を持てる方
④税務、警察、選挙に直接関係のない方

問 企画振興課 少子化対策係 内線244



知 農地の利用状況を調査しています

6～8月に、農業委員等が各地区の農地の管理・耕作状況について現地調査を行っています。農地に立ち入ることもありますが、ご理解とご協力をお願いします。

問 農業委員会事務局 内線412

知 既存住宅エネルギー自立化補助金

県では、太陽光発電設置と蓄電池の設置を応援しています。

▶ 条件

- 申請者が居住する県内の住宅に対象の設備を設置
- 信州の屋根ソーラー認定事業者との契約により設置(交付決定前の契約は対象外)
- 令和6年2月29日(木)までに対象設備の設置が完了
- うちエコ診断を受ける

▶ 対象設備と補助額

対象設備	補助額
太陽光パネル+蓄電池	20万円
蓄電池	15万円
太陽光パネル+V2H	15万円
V2Hのみ	10万円

※太陽光パネルは10kW未満、蓄電池は4kWh以上が対象。

▶ **申請** 申請書類を持参か郵送
※電子申請も可能。
詳しくは右のQRコードから。



▶ 申し込み・問い合わせ

上伊那地域振興局 環境・廃棄物対策課 ☎ 76-6817

相 人権問題で お困りの方はご相談を

人権擁護委員の日に合わせて、特設相談所を開設します。秘密は厳守されますので、安心してご相談ください。相談無料、申し込み不要。

▶ **日時** 6月1日(木)
午前10時～午後3時

▶ **場所** 赤穂公民館、
中沢公民館

▶ 相談の例

- ・子どもや高齢者などをめぐる人権の問題
- ・インターネット上の人権侵害
- ・新型コロナウイルス感染症に関連した差別



問 総務課 人権・男女共同参画推進室 内線211

知 6月は土砂災害防止 月間です

土石流やがけ崩れ、地すべり等の土砂災害は、時には、一瞬のうちに尊い命や貴重な財産を奪ってしまいます。メディア等から発信される防災情報や気象情報に注意し、次のような状況を見たら、すぐに市役所に知らせるとともに、安全な場所に避難しましょう。



▶ こんなときは要注意

- ・急に川の水が真っ黒に濁った
- ・山鳴りがする
- ・裏山から小石が落ちている

問 危機管理課 地域防災係 内線222



土地・建物の事なら何でもご相談ください!

駒ヶ根市・宮田村・飯島町・中川村を中心に、土地や建物など豊富な物件を各種取り扱っております。また損害保険代理業もしておりますので、土地・建物の一貫したサポートが可能です。

アパート・マンション・借家

建売・中古住宅

土地



株式会社 織井不動産

長野県知事免許(10)2927号

〒399-4115 長野県駒ヶ根市上穂栄町25-26

TEL.0265-82-2972 FAX.0265-82-3036

E-mail: orii1234@rose.ocn.ne.jp

ホームページで最新情報を随時紹介中!



弊社HPでは、駒ヶ根市・宮田村・飯島町・中川村を中心に、不動産や賃貸などの最新情報を随時更新しておりますので、ぜひご利用ください。

または 織井不動産 🔍 検索

イベント

お知らせ

相談

募集

募 太極拳を始めてみませんか

生涯スポーツの太極拳で健康づくりをしませんか。

1カ月の無料体験もあります。



▶日時

●月・水曜日

午前9時30分～11時30分

●木曜日

午後7時15分～9時15分

▶場所 武道館

▶合同発表会 7月9日(日)

武道館で各コース合同発表会があります(午前9時～正午まで)。どなたでも見学できますので、お気軽にお越しください。

▶申し込み・問い合わせ

駒ヶ根太極拳協会
熊谷さん ☎ 83-3421

募 太陽光パネル・蓄電池が共同購入でお得に

長野県では、太陽光パネルと蓄電池の共同購入参加者を募集しています。詳しくはQRコードをご確認ください。



▶申込締切 9月5日(火)

問 長野県 みんなのおうちに
太陽光事務局
☎ 0120-698-300

各種納期案内

◇市県民税	1期
◇国民健康保険税	1期
◇介護保険料	1期

募 市民懇話会の委員を募集

本年度、駒ヶ根市老人福祉計画と介護保険事業計画を策定します。そこで、高齢者の健康や福祉、介護保険等について提言を行う委員を募集します。

▶任期 7月～令和6年3月

▶応募人数 3人以内

▶応募資格

- ・市内に住所がある方
- ・平日の昼間の会議に出席できる方(年4回程度)

▶募集期限 6月19日(月)

問 福祉課 高齢福祉係
内線318

募 指定管理者選定委員を募集

市が行う公の施設の指定管理者の選定、業務評価などを検討し、提言にご協力いただける方を募集します。



▶応募資格

- ・市内に住所がある方
- ・平日の会議に出席できる方(年4回程度)

▶任期 令和7年3月まで

▶募集人員 2人程度

▶応募締切 6月15日(木)

▶応募方法

応募用紙を記入して総務課に持参か郵送してください
※希望者には応募用紙を送付(市HPからもダウンロードできます)



問 総務課 行政管理係
内線212

相 アイヌの方々のための無料電話相談

日常生活での困りごと、嫌がらせ、差別など何でもご相談ください。匿名でも構いません。秘密は厳守します。

▶電話番号 ☎ 0120-771-208

▶受け付け 平日午前9時～午後5時

※祝日、年末年始休業を除く



●相談無料
●匿名可
●秘密厳守

問 公益財団法人
人権教育啓発推進センター
☎ 03-5777-1802

募 市民投稿掲示板「キラッとこまがね☆」

市ホームページでは、市民の方が情報を発信できる掲示板「キラッとこまがね☆」を開設しています。投稿はホームページ内のフォームからお願いします。イベント告知や会員募集など、さまざまな情報発信にご活用ください。



▶投稿できる方

個人、自治会、団体などなたでも投稿できます。ただし、営利目的や政治活動など掲載できないものもありますので、利用規約(右QRコード)をご確認ください。



問 総務課 秘書広報室
内線262

広告欄

組合員・地域のみなさまへ 株式会社グレースは、JA上伊那の協同会社です。

安心してお新盆を迎えていただく為に

新盆相談会開催

6月17日 時間 AM8:30～PM4:00
会場 虹のホール駒ヶ根

※当日は動画等により、随時ご案内させていただきます。

ふれあい・語り・地域と共に 病院・施設へのお迎え、葬儀打合せ

株式会社グレース GRACE CO., LTD.
本社: 伊那市東春近車庫207
<https://grace-ja.com>

24時間365日受付

☎ 0120-81-1509 ☎ 0265 81-1109
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

かなしみ

謹んでご冥福をお祈りいたします。
【敬称略】

(3月中)

奥田 建夫(80)中割区八幡原
滝澤二三男(96)中沢区下割
渡邊 國子(93)町二区第6
獄澤喜久美(88)町三区飯坂2
戸澤 榮 (96)中沢区上割
松崎 忠利(91)中割区柏神
堺澤 文子(88)南割区第2-2
中原 進 (88)町四区第1
小笠原シズ子(99)北割一区大手
竹村はつゑ(93)中沢区中曾倉

(4月中)

村上 富久(85)北割一区切石原下
北澤光明子(95)町一区第1
山田くに子(81)町四区第5
小松 千明(91)北割一区中林
清水 節子(81)市場割区宮の前
渡邊 安江(97)上穂町区第5
小原 昭重(88)北割二区光前寺

※依頼があった方のみを
掲載しています。

●緊急情報やイベント情報
等を配信



メール
配信▶



◀LINE

募 公共職業訓練 7月生募集

求職者の早期再就職を目指し
て職業訓練を実施します。

▶募集コース・定員

※6月入所生を含みます
○CAD/NC技術科・電気設備技術
科(15人)

○金属加工科(12人)

▶訓練期間 6カ月間

▶受講料 無料(テキスト代、
作業代等の実費あり)

▶募集期限 6月15日(木)

▶申込先 ハローワーク伊那
☎ 73-8609

問 ポリテクセンター松本
☎ 0263-58-3392

募 スポーツクラブの 仲間を募集

できない、苦手と
いう気持ちでスポー
ツをすることを諦め
ていませんか。このクラブには
活動をサポートする仲間がいま
す。それぞれに合った活動を見
つけ、一緒に楽しい時間を過ご
しませんか。参加は無料です。



▶対象 障がいのある方、支援
学級に通っている方、家族、
介助者など

▶場所 上伊那地域の体育館

▶日時 毎月1回 午後1～3時

問 サンスポート駒ヶ根
☎ 0265-83-4348

善意のコーナー

☆市内公立保育園・幼稚園の卒
園児保護者の皆さまによる
卒園記念寄付

- ・赤穂保育園にカセットデッキ
- ・北割保育園にカセットデッキ
- ・経塚保育園にクリスマスツリー
- ・下平幼稚園に
キッチンセット
- ・赤穂南幼稚園に
レゴブロック
- ・飯坂保育園に室内用鉄棒
- ・美須津保育園にデジタルカ
メラ
- ・すずらん保育園にカラーマ
ット、CDラジカセ
- ・東伊那保育園にバランスミ
ニおやま
- ・中沢保育園に水流しセット



☆天竜精機労働組合 様
子どもの体力向上・成長応援
として東伊那小
学校になわとび
100本、長なわ
10本を寄付



☆養命酒製造株式会社 様
少子化対策・子育て支援プロ
ジェクト事業に現金1,000万
円を寄付

☆日本発条株式会社 様
・少子化対策・子育て支援事
業に現金250万円を寄付
・赤穂中学校と東中学校の学
校教育現場において希望さ
れる物品を各100万円分寄付

北会館

▶通夜安置室(北会館)



ご家族のみ、少人数での見送りに最適

もしも…の時は
安置所が充実!!

儀礼センター



安置してお見送りまで
直送から一般葬まで可能です
安心価格でご提供致します



もしもの会会員募集中

南会館



お通夜もしっかり行いたい方におすすめ
(人数により斎場使用も可能)

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

イベント

お知らせ

相談

募集



緊急当番医・薬局

当番医療機関は急きょ変更になることがあります。必ず医療機関へ電話で確認してから受診するようにしてください。

6/4 (日)	よこやま耳鼻咽喉科医院(町四区)	耳	☎ 81-0185
	アイルニコニコ薬局(町四区)	—	☎ 81-0017
6/11 (日)	中谷内科医院(上穂町区)	内	☎ 81-1377
	ドレミファ薬局(上穂町区)	—	☎ 83-2353
6/18 (日)	飯島中央クリニック(飯島町)	外	☎ 98-8563
	こもれび薬局(飯島町)	—	☎ 98-8641
6/25 (日)	のどかクリニック(飯島町)	内・小	☎ 86-6705
	飯島亀田薬局(飯島町)	—	☎ 89-1006



休日水道当番店

6/4 (日)	小澤建設(株) ☎ 82-2171
6/10 (土)	(株)みずほ ☎ 83-6677
6/11 (日)	(株)倉田工務店 ☎ 83-7134
6/18 (日)	(株)光洋設備 ☎ 83-1121
6/24 (土)	赤穂建設(株) ☎ 83-7181
6/25 (日)	(株)小平建設 ☎ 83-4111



緊急歯科診療



こまがねTV放送予定

6/4(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

- 6日~ 市役所で働こう
- 13日~ 文化センターだより
- 20日~ 「大好きな駒ヶ根」PR動画ができるまで
- 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



相談窓口

- 心配ごと相談(民生児童委員)
6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
- 生活相談(弁護士相談) **要予約**
6月1日(木) 14:00~16:00
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**
6月22日(木) 13:00~16:00
ふれあいセンター
問 市社会福祉協議会 ☎ 81-5900
- 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

- 行政相談(行政への意見・要望)
6月13日(火) 14:00~16:00
赤穂公民館
問 総務課 秘書広報室 内線262
- 外国語相談窓口
場所は市役所市民課の正面です。
時間等はお問い合わせください。
問 企画振興課 地域政策係
内線247

広告欄

かんたん畳替え

家具があっても大丈夫!!

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します。

地元で100年続く畳屋さん!

たたみの山岸

飯島町飯島1162-1 TEL 0265-86-2236

お問い合わせは
通話料無料

0120-193-875

たたみ替え

障子貼替え

ふすま貼替え

網戸

見積もり無料!



私がお伺い
します!



すこやかライフ

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】

6月22日(木)

～7月7日(金)

土日の受け付け

はゴッチャ！ウェルネス駒ヶ根のみです。



子宮頸がん検診

要申込

【駒ヶ根高原レディスクリニック】

6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。

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
に無料で相談できます(一人60
分)。

【保健センター】

6月7日(水)、21日(水)、28日(水)
9:00～14:00

※最終受け付け13:00

乳がんマンモ検診

要予約

乳がんは、女性のかかりやすい
がんの第1位です。早期発見で
治る確率が高くな
ります。

【昭和伊南総合病院】

6月5日(月)、
12日(月)、19日(月)、
26日(月)

【前澤外科内科クリニック】

6月1日(木)、8日(木)、
15日(木)、22日(木)

【保健センター】

6月27日(火)、28日(水)



こころの健康相談日

要予約

こころの医療セン
ター駒ヶ根の福井將
郎医師による相談で
す(一人30分程度)。

【市役所南庁舎】

6月1日(木) 13:30～14:40

※最終受け付け14:10

地域保健課 地域ケア係
(地域包括支援センター)
☎ 81-6695みんなが
「ほっと」なる語らいの場6月5日(月) 13:30～15:30
駒ヶ根駅前ビル「アルパ」3階「介護施設について」
と題し、長野県地域
包括ケア推進アドバ
イザーの那須野勇一さんからお話をお聞
きします。参加費 400 円(お茶
代)。事前申し込みは不要です。認知症サポート医との
個別相談

要予約

6月9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。

5/31は、世界禁煙デー

●望まない受動喫煙を防ぐ

さまざまな場所で「原則屋内禁
煙」が義務となっています。喫煙
は、右のような標識がある認め
られた場所でしかできません。

●禁煙外来で、タバコをやめてみませんか

喫煙は本人だけでなく、周りの人への健康被害
が大きいといわれています。5月31日は世界禁
煙デーです。この機会にタバコをやめてみませ
んか。「楽に」「確実に」禁煙するために、禁煙外
来の利用もおすすめします。詳しくは、市ホーム
ページをご覧ください。か
地域保健課 健康長寿係(内線
333)へお問い合わせください。市HP▶

6/4～10は、歯と口の健康週間

●お口をケアしましょう

- 子どもの頃から生涯にかけて、年齢に応じた
正しいお口のケアが大切です
- 歯周病は、糖尿病、心疾患、脳血管疾患、肺
炎など全身疾患と関連してきます

●虫歯や歯周病を予防するために

- 自分で行う歯の手入れを丁寧にしましょう
- かかりつけ歯科医を持ち、年に1回はお口の
チェックをしましょう

●歯科健診を受けましょう(成人歯科健診)

5月下旬に受診券を発送しました。

- 対象 本年度40、50、60、70歳になる方
(治療中の方を除く)

- 費用 500円

- 場所 上伊那地域の契約歯科医院





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。

6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

図書館講演会

皆さんもどこかで見たことのある、あの緻密な動物画を描く画家・薮内正幸さんのご子息で、薮内正幸美術館館長の薮内竜太さんの講演会です。絵本作りや、父・薮内画家の人となり等をお話していただきます。参加無料、申し込み必要。



日時 6月3日(土) 14:00~

場所 文化会館 小ホール

講師 薮内 竜太さん
(薮内正幸美術館館長)

定員 100人(先着順)

申し込み 電話か図書館カウンターで受け付けます

申込締切 5月28日(日)

6月のおはなし会

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)

6月1日(木)、15日(木)

10:30~

②幼児向けおはなし会

6月10日(土) 11:00~

③小学生向けおはなし会

6月24日(土) 15:00~

場所 文化会館 大会議室

四季のおはなし会

大人のためのおはなし会です。懐かしい昔話や、愉快な外国のお話を一緒に楽しみませんか。

日時 6月22日(木) 18:45~

場所 文化会館 大会議室

テーマ 白

申込締切 6月21日(水)

ねえ、この本読んで!

お子さんが読んでほしい本を、ボランティアや司書が読みます。

日時 6月21日(水)

①10:30~11:30

②15:30~16:30



場所 本館 おはなしの森

文化会館 ☎ 83-1130(代表)

第36回

駒ヶ根郷土芸能まつり

文化団体や伝統芸能を受け継ぐ皆さんが、熱心に取り組んできた練習の成果を発表します。

日時 6月11日(日) 12:00開演

料金 無料(自由席)



おもしろかっぱ館(開館10:00~16:00) ☎ 81-4767

第3回ふれあい講座

ストレッチと折り紙で心身を元気に

日時 6月11日(日) 10:00~12:00

場所 かっぱ館とかっぱ広場

講師 おもしろかっぱ館職員

参加費 300円

定員 15人

持ち物 レジャーシート・飲料・タオル・はさみ

第4回ふれあい講座

細密画入門①、②(4回シリーズ)

今回は10月8日の予定です。

日時 7月9日(日)①10:00~、

②14:00~

場所 おもしろかっぱ館

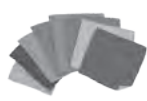
講師 田中 邦治さん

参加費 300円

定員 10人

梶田ひと美さん特別展

梶田ひと美さんの思い出展を開催します(共催:おり姫倶楽部・かりんとうの会)。



手作り絵本の世界を紹介

場所 おもしろかっぱ館
かっぱほっとギャラリー
(2階)

期間 6月30日(金)まで

折り紙の世界を紹介

場所 市民活動支援センター
ぱとな

期間 6月2日(金)~6月30日(金)まで

ジュニア和楽器講座

参加者募集

和楽器に触れて楽しみませんか。開講式は6月3日(土)午後6時から行います。

講座期間 6月~令和6年2月
(月2回程度)

対象者 小学生~高校生



博物館(開館9:00~17:15)

☎ 83-1135

【展示室】

登戸研究所調査研究会 企画展

期間

6月15日(木)~8月20日(日)

まちのお店探訪

このコーナーでは、多くの方に商店街の魅力を知っていただくため、毎月まちなかのお店を紹介しています。



過去の
記事は
こちら

夢倶楽部しらかば (知育玩具)

子どもの感性を養うおもちゃのお店

広小路商店街にある「夢倶楽部しらかば」は、約80年前から続くおもちゃ屋です。店主の有賀さんは、臨床心理士として学校で長く子どもたちと関わり、現在は、しらかば内のカウンセリングルームで、大人の方の心の支援を行っています。30年前におもちゃコンサルタントの資格も取得し、カウンセリング事業とともにお店を営んできました。

2つの事業を行う中で「良質なおもちゃと子どもの心の成長は、実は深く結びついていることに気付いた」と有賀さん。「愛・甘える・遊ぶ」を合言葉に、店内には材質や手触りの良いヨーロッパの木のおもちゃ等を、多く取りそろえています。繰り返し遊びたくなる仕掛けのあるおもちゃは、遊んでいるうちに想像力や根気強さが自然と育まれるそうです。

近隣では手に取ることができない品も多くあります。ぜひ店頭で、お子さんと一緒に触れてみてはいかがでしょうか。



国内外のおもちゃが並ぶ店内



近隣では見られない珍しいおもちゃも



ぜひ、お気軽に
お越しください

【左】おもちゃコンサルタント
有賀さん

【右】おもちゃコーディネーター
山田さん

information

- 住所: 中央4-16
- 営業時間: 10:00~17:00
- 定休日: 月曜日
- 電話: 83-3753
- 駐車場: 駅前立体駐車場



イベント「しらかばのおもちゃばこ」

コミュニケーション能力を育てる木のおもちゃや、3歳頃から大人まで遊べるボードゲームを、実際に手に触れ体験してみませんか。



- 日時 6月29日(木)
午前10時~11時30分
- 場所 夢倶楽部しらかば隣 2号館
- 対象 未就学のお子さんとその家族 他
- 内容 ボードゲーム体験・わらべうた・手形アート
- 費用 1家族500円
- 定員 親子10組程度
- 申込先 夢倶楽部しらかば
☎ 83-3753

掲載希望のまちなかのお店を募集

詳しくは、商工観光課 商業係(内線431)へお問い合わせください。

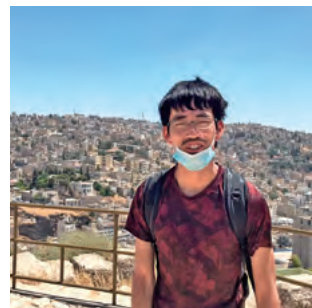
市出身 JICA海外協力隊通信



ヨルダンでの協力隊としての任期も残り数カ月となりました。この春の季節で思い出すのは、JICA訓練所を出てようやく現地で活動できると期待に胸を膨らませていたら、コロナの影響で派遣延期となってしまったことです。

1年の待期間を経てようやく赴任がかないました。私たち2019年3次隊は派遣再開の最初の隊員。ヨルダン到着当初は、同期の3人以外に隊員がいないという状況でした。ただ、コロナ禍で海外への渡航等がはばかられる中、こうした活動機会を得られてとてもうれしく思いました。

ここでの活動を少し振り返ってみると、やはり



まさき
中島 雅樹 さん

派遣 2019年度3次隊
ヨルダン
職種 青少年活動
大学卒業後、神奈川県のある建築事務所に勤務。小学生の時に協力隊員と交流した経験から、国際分野に関心を持ち、応募を決意。平成5年生まれ、福岡区出身。

うまうまいかなことがほとんどでした。時間管理やコミュニケーションなど、同期によく相談していました。協力隊は任期が終了したら終わりではなく、また新しい始まりだと思っています。最近ではオンライン化が進み、現地や対面での活動は減ってきています。今後は、現地で培った経験を地域に伝える活動をしていきたいです。



子どもたちに配る文房具を準備

ちよつとひとこと



えり
堺澤 英里 さん
(中割区)

笑う門には

落語会が好きです。でも実は落語はよく知らない。もちろん、パソコンやスマホで調べればすぐ出てくる時代。でもオタクにはなりたくない。生の舞台で聴いて知りたいんだ。東京へ行くにはなかなかの時間とお金がかかる。もちろんそれも楽しみの一つだけれど、そうそう行けないじゃない？じゃあ呼んだらいいじゃん。行けないなら呼んだらいいじゃん。という事で落語会に関わって20年。今では2カ月に1度くらい、駒ヶ根で落語会が開催されるようになった。チケットが取れないっていわれている柳家喬太郎師匠も春風亭一之輔師匠も、年に1度は来てくれるんだよ。知ってた？駒ヶ根ってすごいんだよ！落語会の何が好きって、みんな同じところで笑うんだよ。その瞬間、みんなハッピー。なんて幸せな時間。小さい街だけど、日本で一番笑っている人が多い街にしたいんだ。

次は、齋藤 瑞希 さん(北割一区)へ バトンタッチ



クックパッドで
レシピ公開中！

タラと野菜の黒酢あん



黒酢の酸味と香りで、さっぱりと食欲をそそる味付けです。季節に合わせて野菜を変えてもいいですね。

このレシピの食塩相当量:0.9g(1人分)

【1日の食塩目標量】

成人:男性7.5g 未満 女性6.5g 未満

黒酢の酸味と香りでおいしく適塩♪

材料(4人分)

レンコン・・・小1節	タラ・・・150g	黒酢・・・大さじ3
ナス・・・2本	片栗粉・・・小さじ2	砂糖、酒・・・各大さじ1
ニンジン・・・1/2本	油・・・大さじ1	オイスターソース
ピーマン・・・2個		A・・・大さじ1と小さじ1
タマネギ・・・1/2個		みりん・・・大さじ1
		片栗粉・・・小さじ1
		水・・・小さじ2

作り方

- ① 野菜をすべて乱切りにし、レンコンとナスを水にさらしておく。
- ② ニンジンを柔らかくなるまで電子レンジで加熱する。
- ③ タラを一口大に切り、片栗粉をまぶす。
- ④ フライパンに油を熱し、タラを両面こんがり焼き、一度取り出す。
- ⑤ フライパンでレンコン、ナス、ピーマン、タマネギを炒め、火が通ったらニンジンとタラを加える。
- ⑥ Aをよく混ぜ合わせてから⑤に加え、全体にかからめて、完成！



頭上に淡く広がるフジ

ラジオとの付き合いは中学生の頃からだ。眠気と戦い、深夜放送に耳を傾けた。エアチエックという言葉はもはや死語だが、FM放送は新たな音楽を知る貴重なツールだった。重宝するのは朝。ラジオならニュースを聞き新聞を読み、支度もできる。子どもたちも

伊藤市長の 雑記帳



お気に入りの番組があり、DJになると言っていた頃もあった。音楽番組とともに始める休日は心地よさが増す。スマホなどのアプリで聞けるようになり、ラジオ人気が盛り返したという。深夜放送は今も旬の芸人やタレントが競う場となっている。動画があふれる時代に音だけのメディアは生き残った。飲み込まれない距離感がいいのだろう。貸すのは耳だけ、あとは個人の自由だ。それぞれのスタイルと共存するツールは想像の世界を広げる入り口でもある。

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

子ども課 母子保健係 ☎ 96-7725

パパママ教室

要予約

6月7日(水) 9:30~11:30
保健センター

内容は「出産に向けた準備」。妊娠5~9カ月の妊婦と夫が対象。申し込みは5月29日(月)まで(参加無料)。

離乳食教室

要予約

6月22日(木) 9:30~11:00
保健センター

お子さんの成長に合った離乳食を紹介します。乳幼児とその保護者が対象です。申し込みは6月13日(火)まで(参加無料)。

◆風邪症状のある方の入室はご遠慮ください。

市内保育園・幼稚園 ウェルカムきっず(園開放)

6月6日(火)	聖マルチン
6月20日(火)	北割、美須津、赤穂南、経塚、東伊那、桜ヶ丘
6月22日(木)	赤穂、下平、飯坂、すずらん、福岡、中沢

子育て期の女性就業相談 地域就労支援センター ☎ 050-2000-7228(代表)

6月21日(水)
10:00~12:00

要予約

駅前ビル アルパ 小会議室(3階)
就労支援員による、子育て世代の女性向け就労相談です。予約は6月20日(火)16:00まで。「駒ヶ根市女性就業相談について」とお伝えください。

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

●個別相談

場所は、どの相談もきっずらんど(アルパ3階)です。

5月26日(金)~予約開始(要予約のみ)。詳細はQRコードへ。



ベビーキッズ

要予約

6月5日(月) 14:00~14:45
助産師によるベビーマッサージ。
定員約10組。(オンライン予約)

食事相談

6月12日(月) 9:30~12:00
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・

助産師相談

要予約

6月14日(水) 9:30~11:30
赤ちゃんの体重測定・助産師相談。
定員4組。

子育て相談

6月19日(月) 9:30~12:00
家庭児童相談員による
子育て全般の相談。



●プチイベント

6月1日(木)~予約開始(要申込のみ)。

親子でふれあい遊び

6月6日(火)
①9:45~10:15、②10:30~11:15
多目的ホール(アルパ3階)
対象は、①歩けるお子さん、②3カ
月~ハイハイ期のお子さん

楽しくリトミック☆

要申込

6月15日(木)
①9:40~10:20、②10:30~11:10
赤穂公民館
対象は、①走れるお子さん、②ハイ
ハイ期~よちよち歩きのお子さん
各回定員10組。(オンライン予約)

あそびのもり(駒ヶ根高原レディスクリニック内) ☎ 82-1131

イベントは全て予約制です。 要予約

親子でベビヨガ

6月9日(金) 10:00~
3カ月~ハイハイ期が対象です。
定員5組、参加費300円。

親子運動あそび教室

6月21日(水) 10:00~
1歳以上が対象です。
定員5組。



親子でキッズヨガ

6月23日(金) 10:00~
歩けるお子さんが対象です。
定員5組、参加費300円。

離乳食教室

6月19日(月) 13:00~
おやつは付きません。
定員2組。



誕生日会

6月22日(木) 10:00~
6月生まれのお子さんをお祝いし
ましょう。定員5組。

ベビーマッサージ教室

6月28日(水) 10:00~
ねんね期が対象。
定員5組。

相談&発育測定

6月29日(木) 9:00~ 対面での個別相談です。



子育てレポート

子育てに関する情報など、毎月紹介します。

今月は **きらめき公園** です。

きらめき公園は、小町屋区の住宅街にある公園です。伊南バイパスからのアクセスも良く、園内には大小2つの滑り台やザイルクライミングなどの遊具があります。

また、遊具の他に走り回って遊べる広場や水遊び場もあり、楽しみ方はさまざま。これからの暑い季節にぜひ足を運んでみてはいかがでしょうか。

【公園の詳細】

住所	下市場55番1号
駐車場	有り
トイレ	有り(バリアフリートイレ)



◀地図はこちら



水遊び場もあります



幅広い年齢の子が楽しめる滑り台



大迫力のザイルクライミング



木づちでリズムよくトントントン♪

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。

シイタケの駒打ち(中沢保育園・小学校)

中沢保育園年長組と中沢小学校1年生がシイタケの駒打ちを行いました。園児と小学生がペアを組み、協力して仲良く取り組みました。指導員さんから楽しかったことを聞かれると、子どもたちは「木づちを使ってたたいたこと」「木を運んだこと」など、元気に返答。楽しく自然と触れ合いました。



熱心に説明を聞きます



重い木も2人なら持てたね



協力して打ち込めたよ！

Happy Birthday 6月生まれ



金子 千紗ちゃん
亮介さん、綾美さん

元気にすくすく
育ってね♪



赤羽 ユノちゃん
亮一さん、さゆりさん

笑顔が1番
すくすく育ってね



岩見 安希子ちゃん
真さん、光代さん

お兄たちと
元気に仲良く♪



林 おとはちゃん
翔太さん、亜美さん

かわいい笑顔が
大好きだよ★



宮嶋 優乃くん
和夫さん、菜穂さん

笑顔いっぱい
大きくなあれ♪



遠山 茉紘ちゃん
幸一さん、志帆さん

元気いっぱい
大きくなってね♪



飯田 観玄くん
英心さん、優美さん

笑って泣いて
いっぱい遊ぼう！



5月生まれ

水野 紗衣花ちゃん
聡春さん、夢子さん

いっぱい食べて
大きくなーれ！

誕生日のおともだち大募集

7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6月2日(金)。



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
栗林 香織

おじさんのかさ

作・絵／佐野洋子 出版／講談社

もしあなたが、雨の日に出かけるなら…かさを使いますよね。

この本に登場するおじさんは、黒くて細くてピカピカ光った、とても立派なかさを持っています。でも、決して使おうとはしません。少しの雨ならぬれて歩き、たくさん雨が降ったら雨がやむまで雨宿り。雨がやまない時は他の人のかさに入れてもらいます。それもこれも、大事な大事なかさをぬらさないためです。

ある日、おじさんが公園にいと雨が降ってきました。男の子がやってきて「いっしょに(かさ)いれてってよ」と言いますが、おじさんは聞こえないふりをしてしまいます。そこへ男の子の友達が通りかかり、一緒にかさに入った2人は「あめがふったらポンポロロン あめがふったらピッチャンチャン」と楽しそうに歌いながら、雨の中を帰っていきました。その様子を見ていたおじさんは「ほんとかなあ」と、ついにかさを開いて雨の中を歩きだします。

雨の音を楽しみながら、この季節にぜひ読んでほしい1冊です。

子育て ニュース



LINE で子育て情報をお届け

市公式LINEでは、たくさんの子育てやイベントの情報を配信しています。ぜひ登録をお願いします。

【配信内容】

- ・緊急情報(地震・風水害等の警報や注意喚起など)
- ・イベント、お知らせ情報
- ・子育て情報

こちらから
友だちに追加！→
受信設定から希望
する配信情報を選
択できます





中沢の花の名所を巡る

中沢公民館は中沢地区の花の名所を巡る「ぐるっと中沢花めぐり」を開催し、20人が参加しました。参加者はマイクロバスで中沢公民館を出発すると、同地区の桃源院や花桃の里などを周り、咲き乱れる花々を鑑賞。視界いっぱいに広がる色鮮やかな風景にくぎ付けになっていました。参加した男性は「どこも美しく、素晴らしい景色だった。毎年見に来たい」と振り返りました。

山頂目指し一歩ずつ

高鳥谷山あるけあるけ大会が4年ぶりに開催され、家族連れなど約170人が高鳥谷山頂を目指しました。参加者は麓の高鳥谷神社を出発し、息を切らしつつ1時間ほどで登頂。ゴール後は、お弁当を食べたりおしゃべりしたりしながら、眼下に広がる伊那谷の景色を楽しみました。友人と登った方は「大変だったけど、みんなと一緒に登ったから頑張れた」と達成感に浸っていました。



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「まちのできごと」や市公式フェイスブック「駒ヶ根市役所」で配信中。



まゆクラフト作品展に力作そろそろ

まゆクラフト作品展の表彰式が、駒ヶ根シルクミュージアムで行われました。県内外から42点の作品が寄せられ、グランプリの県知事賞には東伊那区の矢澤さんの「風とあそぶ(二十四節気)」が受賞。二十四節気のそれぞれをまゆ人形で表現し、発想の豊かさや制作の丁寧などが評価されました。矢澤さんは「24の場面それぞれに物語を考え作った。見て楽しんでもらいたい」と話しました。

駒ヶ根高原で野鳥を観察

赤穂公民館と上伊那理科教育研究会主催のバードウォッチングが、駒ヶ根高原で開催されました。この日は100人以上が参加し、大沼湖周辺の森にすむ野鳥を観察しました。参加者は6グループに分かれ、上伊那理科教育研究会の講師の解説を聞きながら散策。さまざまな鳥の鳴き声が響き渡る中、木に止まった野鳥の姿を捉える「いたいた!」「見つけた!」などの声が上がりました。



セルフ洗車場

カーピカランド

駒ヶ根

営業時間 6:30~21:00
年中無休

ENEOS 駒ヶ根自動車産業株式会社

門型洗車機(ドライブスルー)

コイン洗車機(拭上場)

- 門型洗車機
- 掃除機
- コイン洗車機
- オゾン脱臭機

下部洗車付き
シャンプー洗車

※洗車メニューは他にもございます

600円

(税込)