

人と自然が輝くまち

広
報

たてしな

2026. 10

〔令和8年〕

No.632



Index

- 令和9年度たてしな保育園入園説明会の開催及び入園申込みについて……P2
- 子どもの季節性インフルエンザ予防接種費用の助成が始まります……P3
- 国民年金保険料の育児免除制度が始まります！……P7
- 農業委員会の委員構成が決まりました……P8
- 館報立科第81号 …… P11～18
- 「木造住宅」無料耐震診断受付中…… P21



立科町マスコットキャラクター
「しいなちゃん」

権現の湯セレモニー



令和9年度

こども教育課

たてしな保育園入園説明会の開催及び 入園の申込みについて

令和9年度に子どもの保育園入園を希望する保護者を対象とした、入園説明会の開催と入園申込みについてお知らせします。

★入園説明会

- 日時 10月6日(火) 午前10時～（おおよそ40分を予定）
- 場所 たてしな保育園 遊戯室（上履きをお持ちください。）
- 対象者
 - ・令和9年4月からの入園を希望する人
 - ・令和9年4月～令和10年3月に途中入園を予定している人（出生前でも対象です。）
※現在当園に在園中の兄弟がおり、説明が不要な保護者は、説明会への参加は必要ありません。（入園申込みのみ受け付けます。）
- その他
 - ・事前申込みは不要です。
 - ・説明会に参加できなかった場合でも、説明会開催日以降に教育委員会（役場4番窓口）・たてしな保育園にて資料を配布するほか、ホームページにも掲載しますのでご確認ください。
 - ・託児はありませんのでご留意ください。



★入園申込受付について

☆入園申込期間

- 提出期間 11月9日(月)～11月13日(金)まで

※書類一式の提出が遅れる場合は、下記問合せ先まで事前にご連絡ください。

☆入園申込に必要な書類

- 1 入園申込書（教育・保育給付認定申請書兼施設利用申込書）
- 2 保育に欠ける旨を証明する書類（下記「入園できる基準（表1）」の添付書類）
- 3 マイナンバー及び身分を確認できる書類

☆申込書の配布について

たてしな保育園および教育委員会窓口で配布するほか、ホームページにも掲載します。（説明会に参加される人には当日配布します。）

☆入園できる基準（表1） 入園を希望する児童の家庭が、次のいずれかに該当する場合です。

要件	詳細	添付書類
就労	フルタイム・パートタイム・自営業・内職・農業等の労働などで、月64時間以上労働していること	就労証明書※世帯全員の分（18歳～70歳が対象）
母親の出産	妊娠中または出産後間もないこと （注）入園期間は、原則産前2か月・産後3か月	母子健康手帳「保護者氏名の記載ページ」・「出産予定日の記載ページ」の写し
保護者の病気等	疾病または障がいにより保育できない状態であること	障害者手帳の写し又は診断書
病人等の介護・看護	保護者が同居の家族を常時介護・看護をしていること	障害者手帳・療育手帳・介護保険証の写し
災害復旧	震災・風水害・火災等で復旧にあたっている場合	
求職活動	求職活動を継続的に行っているか、起業準備をしていること （注）原則として3か月まで	求職活動証明書（3か月以内のもの）
就学	保護者が学校、職業訓練校等に通っていること	学生証の写しまたは在学証明書
育児休業	育児休業取得時に、既に保育園を利用している園児が、継続して利用する場合	
その他、上記に類する状態で町長が認める場合		

☆入園決定通知について 令和8年12月中に通知します。

●お問合せ●たてしな保育園 電話 0267-56-0022
教育委員会 こども教育課 電話 0267-88-8415

子どもの季節性インフルエンザ予防接種費用の助成が始まります

子育て保健係

町では、子育て世帯を応援するため、子どもの季節性インフルエンザ予防接種費用の一部助成をスタートします。ご希望の人は、ぜひご活用ください。

- 対象者 立科町にお住まいの、0歳から15歳（中学3年生）までの子どもの保護者
- 助成金額 1回あたり上限2,000円
- 助成回数（1年度あたり）13歳未満：2回まで

13歳～15歳：1回まで

※1回目の接種時に12歳で、2回目接種時に13歳になっている場合は、2回分助成します。

- 申請期限 接種した年度の3月31日まで
- 申請方法 接種を受けた後、以下の必要書類等を揃えて、町民課 子育て保健係へお持ちください。

- ・立科町予防接種費用助成金交付申請書
- ・立科町予防接種費用助成請求書
- ・領収書または明細書等（原本）※「ワクチンの種類」と「金額」がわかるもの
- ・振込口座がわかるもの（通帳など）

※申請書・請求書は町ホームページからダウンロードできます。

●お問合せ●町民課 子育て保健係 電話0267-88-8407（直通）



“ずく”りの会だより

「立科町支えあい情報」がホームページに掲載されました！

「立科町支えあい情報」では、立科町内で活動する趣味の教室やボランティアグループなどの情報を紹介しています。

「新しく何かを始めたい人」「仲間を作って楽しく過ごしたい人」あなたにぴったりの活動がきっと見つかるのではないのでしょうか。ぜひ、ご覧ください！

以下の町内施設等には冊子版を設置しています。

- ・立科町役場・ふるさと交流館・中央公民館・老人福祉センター・権現の湯
- ・はじまるカフェ・柳澤医院・JA立科支所・県信立科支店・アツマルセンター

ホームページ

健康・福祉＞高齢者福祉・介護＞高齢者福祉＞立科町支えあい情報について



ホームページは
こちらから

第15回 立科町健康づくり講演会 開催のお知らせ

子育て保健係

演 題 「忙しいあなたのための「快眠習慣」～睡眠の質を上げて、生活も仕事も好転させる～」

日 時 10月29日(木) 午後1時30分～3時（受付は午後1時～）

会 場 立科町老人福祉センター 集会室

講 師 健康運動支援研究所 代表 上級睡眠健康指導士 諏訪 直人 氏

申込方法 10月26日(月)までに電話(0267-88-8407)または申込用QRコードより、お申し込みください。

※健康づくり講演会は、介護ポイント・健康アップ事業の対象となります。



申し込みは
こちらから

「食」の自立支援事業(配食サービス)に平日の夕食が加わります！

「食」の自立支援事業は、調理が困難な高齢者の居宅を訪問し、栄養バランスのとれた食事を提供するとともに利用者の安否確認を行います。

これまで平日の昼食のみでしたが、新たに平日の夕食も利用いただけるようになります。詳しくは担当窓口までお問い合わせください。



【対象者】 おおむね65歳以上の単身世帯、高齢者のみの世帯。または、これに準ずる世帯に属する高齢者および身体障がい者であって、自立支援の観点からサービスを受けることが適切であると認めた人。

【自己負担】 1食当たり ご飯とおかず350円・おかずのみ300円

【担当窓口】 立科町地域包括支援センター（高齢者支援係） 電話 0267-88-8418

子育て保健係

フルーツきんとんで
秋の味覚をたのしもう



秋の味覚といえば、何が思い浮かびますか？

今回は、たてしな保育園の給食でも人気のメニュー「フルーツきんとん」をご紹介します。

さつまいもの自然な甘みにりんごの酸味がアクセントに。スキムミルクでコクを出しつつ、カルシウムもプラス。しっとり柔らかく、子どもから高齢の方までみんなにおすすめです。秋のおやつにぜひ作ってみませんか？



材料…(4人分)

・りんご	50g
・パイナップル	50g
・無塩バター	10g
・さつまいも	220g
・スキムミルク	10g
・砂糖	大さじ2
・パイナップル汁	20ml

※お好みでレーズン20gを加えてもおいしいです。

作り方

- ① りんごは皮付きのままいちよう切りにする。パイナップルもいちよう切りにする。(レーズンを入れる場合はお湯で戻し、水を切っておく。)
- ② バターを溶かしておく。
- ③ さつまいもは皮をむき、適当な大きさに切って蒸す。蒸しあがったらマッシュする。
- ④ ③にスキムミルク、砂糖、溶かしたバター、パイナップル汁を加えてよく混ぜ、滑らかにする。
- ⑤ ④に①のりんご、パイナップルを加えてよく混ぜ合わせたら出来上がり。

自分の健康管理、後回しになっていませんか？

子育て保健係

仕事や家事で忙しい世代こそ、体のサインを見逃しがちです。自覚症状がない今こそ、年に一度の健康診断が未来のあなたと大切な人を守ります。30歳代、40～74歳の国保加入者、75歳以上の皆さんは、個別健診が令和9年3月13日(土)まで受けられます。

Webサイトで個別健診が受けられる医療機関が確認できます。

土曜日に受けられるところもありますので、ご利用ください。

受診の際には、受診券等が必要になります。お手元にない場合は子育て保健係へお問合せください。

●お問合せ● 子育て保健係 電話0267-88-8407

Web サイトは
こちらから↓



「減塩の心がけで健康に」

子育て保健係

保健
ニ
ュ
ー
ス

食塩のとりすぎは、高血圧につながりやすく、脳卒中や心筋梗塞、腎疾患などの原因になります。また、胃がんのリスクを高めるともいわれています。佐久地域の食塩摂取量は、長野県の食塩摂取量目標値1日あたり7g未満を超えている人が多く、立科町では、脳血管疾患や重度な高血圧（160/100mmHg以上）が多い状況にあります。

そこで、いつもの食生活の中で「汁物は具たくさんにする」、醤油やソースは「かける」より「つける」など減塩の心がけることが大切になってきます。

保健委員会では、1日の塩分摂取量を測定し、減塩のコツについて学べる学習会を開催します。減塩のコツを取り入れて健康に過ごしましょう。

保健委員会主催学習会

「日常生活でできる減塩のコツ」 参加者募集

日程・内容	日にち	内 容
第1回	10月21日(水)	・自分の塩分摂取量を知ろう ・尿中塩分測定の方法
第2回	11月25日(水)	・測定結果の振り返り ・減塩のコツ（講話）

2回コースになります



日時・内容：2回とも午後1時30分～2時30分

※尿中塩分測定器を貸し出します。1～2週間ほど、早朝尿をとり、1日の塩分摂取量を測ります。

場 所：立科町役場 中会議室

講 師：町民課 子育て保健係 管理栄養士

対 象 者：保健委員、町民ならどなたでも参加可

申 込 み：10月16日(金)までに町民課 子育て保健係へ電話またはQRコードからお申込みください。

問 合 せ：町民課 子育て保健係（立科町保健委員会事務局）電話0267-88-8407

申し込みはこちら➡



献血のお知らせ

～あなたの勇気が命をつなぐ 献血へ行こう～

子育て保健係

献血にかかる時間は、受付から採血後の休憩まで約40分。そのわずかな時間によって、大切な命を救うことができます。皆様のご協力をお願いします。

●日 時 10月16日(金) 午前9時30分～11時30分

●会 場 立科町老人福祉センター 集会室

●献血の種類 全血献血（400ml）

●献血できる人 男性 17～69歳、女性 18～69歳で体重50kg以上の人

※65歳以上の人は、60歳～64歳までに献血の経験がある場合に限られます。

※献血時の事前検査（ヘモグロビン等）と問診内容（病気・服薬等）で献血ができない場合があります。

●そ の 他 献血カードの新規発行、更新が令和8年1月に終了しました。今後は、献血Webサービス「ラブラッド」から予約するとスムーズに献血することができます。ぜひご利用ください。

初めての人は、運転免許証やマイナンバーカードなど顔写真付きの本人確認書類をお持ちください。



ココから みんなの運動通信

子育て保健係

ニコ2個ホームエクササイズを紹介!!

前回に引き続き、今回もスキマ時間で行えるホームエクササイズをご紹介します!!

椅子を使ってスクワット

- ①椅子につかまり、膝の向きを真っすぐにしてお尻を後ろに突き出し、膝をゆっくり曲げていきましょう。
- ②視線は前方に、上半身は起こして、椅子に座るイメージで行いましょう。
- ③膝の位置がつま先より前方にいかないように注意しましょう。
- ④10回～15回を目安に行いましょう。



椅子を使ってお尻の運動

- ①椅子につかまり、上半身を真っすぐにしたまま、足を真後ろにゆっくりと上げていきましょう。
- ②上半身が前方に倒れたり、腰が反れたりしないように、姿勢が崩れない程度まで上げていきましょう。
- ③呼吸は止めずにリラックスして行いましょう。
- ④10回～15回を目安に行いましょう。



- 暑い時はこまめに水分補給をしながら、無理せず休みながら行いましょう!
- 痛みがある人は無理をしないでください。
- 自分のペースで運動を続けていきましょう!

文: 浅井理学療法士

わたしと健康

子育て保健係

立科町にお住まいのみなさんに「わたしと健康」をテーマにお話を伺いました。
今月は、石川にお住いの山浦 公子さんです!

①大事にしていること

継続的に運動すること。また、ストレスをため込まない工夫を心がけて、心も体もリフレッシュさせること。

②具体的なエピソード

毎週1回、中央公民館で運動する楽しさや、運動を通して共通の仲間ができる喜びを感じています。また、この頃筋力低下を感じて仕事帰りに筋トレ講座に通い続けたところ、筋力アップが感じられうれしいです。食事面では、糖質を意識して過剰摂取を避け、タンパク質を多くとる食事を無理のない範囲で工夫しています。健康を考え、維持することは難しいことかもしれませんが、「継続は力なり」だと日々感じています。

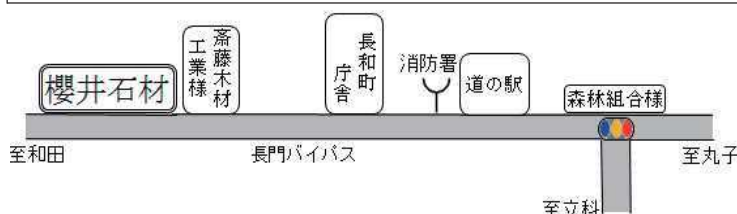


お墓Q&A ◇各種ご質問にお答えしますので、お気軽にお問い合わせください。

Q. 好きな型・色でお墓を建てたいのですが、法的な規制はありますか?

A. 一般的には規制はありません。しかし、霊園によっては、型・色・サイズなど規制がある場合があります。

最近では、オリジナリティ豊かな型のお墓を見かけるようになりましたね。



墓石・戒名彫り・墓石クリーニング・石工事全般

桜井石材有限会社

長和町古町4459 (長門バイパス沿い)

TEL 0268-68-3859 FAX 0268-68-4444

URL: <http://sakuraisekizai.net/info/>



養育里親を募集しています ～すべてのこどもに家庭の暮らしを～

里親家庭相談室 やどり木では、一定期間こどもと暮らす養育里親を募集しています。

■やどり木とは？

やどり木は大きな木に支えられて育ちます。

こどもたちの『いまとこれから』を支えるために、私たちと一緒に大きな木となり、こどもを支えていきませんか。

■預かる年齢や期間は？

こどもの年齢は0～18歳で、預かる期間は数日から数年と様々です。

■やどり木オープンデイ

里親に興味のある人、ほんの少し話を聞いてみたい人へ「やどり木オープンデイ」を開催します。

「里親ってなんだろう。」「やってみたいけれど、私にもできるのかな？」など、専任のスタッフがお答えします。

日 時：10月29日(木) 午前10時～午後3時

場 所：立科町老人福祉センター 機能訓練室

費 用：無料

※予約不要ですので、お気軽にお越しください。

■お問い合わせ

「里親家庭相談室・やどり木」

SAKU地域こども家庭総合支援センタースミール

住 所：軽井沢町大字追分1422

電話：0267-45-1081 / Mail：smile@karuizawa-gakuen.jp



令和8年（2026年）10月から

住民係

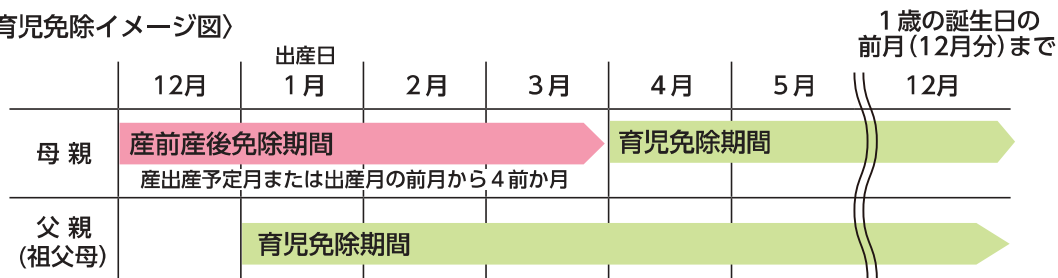
国民年金保険料の 育児免除制度が始まります！

実子、養子を育てている人は、育児のための免除制度を利用できます。



- 国民年金第1号被保険者（自営業、農業者、アルバイト、無職）も育児で保険料が免除される制度が始まります。
- 子ども（実子・養子）を育てている人（父母・養父母）は、申請をすることで、月額17,920円（令和8年度）の保険料が免除されます。
- 対象期間は、子ども（実子・養子）が1歳になる誕生日の前月までです。
- 将来の年金額は、納付した場合と同じように反映されます。

〈育児免除イメージ図〉



■ 申請は役場窓口、小諸年金事務所で手続きできます。

また、スマホでの電子申請も便利です。

(24時間365日、電子申請可能です)



日本年金機構特設ページ

<https://www.nenkin.go.jp/tokusetu/ikujimenjo.html>

●お問合せ● 住民係 電話0267-88-8404

農業委員会の委員構成が決まりました

農業委員会

去る、7月21日(火)に開催した農業委員会初総会において、正副会長、部会長、部会構成、担当地域が決定しましたのでお知らせします。

農業委員	職 名	氏 名	住 所	担当地域
	会長	岩下 博美	野方	野方
	副会長 農地部会	保科 武美	山部	上房・山部・真蒲・平林・滝神
	農地部会長	荻原 喜一	姥ヶ懐	中尾・美上下・姥ヶ懐・古町
	農地副部会長	中谷 節子	外倉	柳沢・牛鹿・外倉・五輪久保・虎御前
	農地部会	今井 由春	大深山	蟹窪・日中・大深山・立石・石川
	農地部会	市川 峰之	西塩沢	西塩沢
	農政部会長	笹井 和文	赤沢	和子・赤沢・中原・日向
	農政副部会長	大澤 康雄	茂田井	茂田井
	農政部会	瀧澤 諭子	町	
	農政部会	関 陽一	藤沢	藤沢・蟹原
	農政部会	今井 勝義	塩沢	塩沢
	農政部会	滝澤 俊徳	桐原	桐原・細谷
	農政部会	宮坂 孝一	町	町
農地利用 最適化推進委員	農地部会	保科 正幸	町	南部地区
	農地部会	小宮山基樹	柳沢	西部地区
	農地部会	宮澤 善一	桐原	東部・茂田井地区

毎週月曜日はマイナンバーカードの受付を

開庁日

午後7時まで延長しています

住民係

月	月曜日(午後7時まで)
令和8年10月	5日、19日、26日※祝日(12日)は除きます

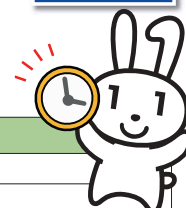
カードに関する事	内 容
カードを作りたい	写真撮影があります。ご本人が来庁してください。
カードを受け取りたい	本人確認があります。ご本人が来庁してください。
有効期限が切れそう または切れている	更新手続きが必要です。暗証番号(パスワード)をわかるようにして、ご本人が来庁してください。
暗証番号がわからない。または、暗証番号を間違えてロックがかかった	暗証番号の初期化(ロック解除)が必要です。ご本人が来庁してください。

※マイナンバーカードの有効期限については、広報令和7年9月号14、15ページをご確認ください。

※その他、証明書の発行等については、広報令和7年7月号27ページをご確認ください。

また、持ち物などご不明な点は下記までお問い合わせください。

●お問合せ ●町民課 住民係 電話0267-88-8404



ハロウィンジャンボ宝くじとハロウィンジャンボミニが 9月16日(水)から全国で2種類同時発売されます。



- 発売期間 9月16日(水)
～10月16日(金)まで
- 抽せん日 10月26日(月)
- ハロウィンジャンボは、PCや
スマホからもネット購入でき
ます。

今年のハロウィンジャンボは、
1等・前後賞合わせて4億円!

1等 2億円×12本 前後賞各 1億円×24本
※当せん本数は発売総額360億円・12ユニットの場合。

同時発売のハロウィンジャンボミニは、
1等・前後賞合わせて4,000万円!

1等 2,000万円×50本 前後賞各 1,000万円×100本
※当せん本数は発売総額150億円・5ユニットの場合。



この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。
収益金は長野県の販売実績により配分されますので、長野県内の宝くじ売り場でお買い求めください。



みそづくり体験

農林係

交流促進センター「耕福館」では、町民を対象とした冬の風物詩「みそづくり体験」を開催します。大勢の皆さんに体験いただき、自家製みそで「我が家だけの味」をつくりましょう。未経験の皆さん大歓迎です。未経験の皆さんには、必要に応じてスタッフが指導します。(1回に約60kgのみそができ上がります)

- 募集期間 11月12日(木)～12月23日(水)まで(先着順)
- 利用期間 令和9年1月4日(月)～4月30日(金)
※上記期間において原則3日間の日程が決められています。
- 利用料金 1日あたりの耕福館使用料 1,000円、1回の麹発酵機使用料 1,000円
※みそづくりは、原則3日間の工程です。麹持参の場合は2日間の工程が目安です。
※洗米等で前日に耕福館を使用する場合は、1日分の使用料(1,000円)が必要です。
例1 3日間の工程(洗米で耕福館を使用しない場合)で麹発酵機を使用した場合
@1,000円×3日間=3,000円、@1,000円×1回=1,000円 計 4,000円
例2 4日間の工程(前日に洗米を耕福館で行う場合)で麹発酵機を使用した場合
@1,000円×4日間=4,000円、@1,000円×1回=1,000円 計 5,000円
- お申込み先 産業振興課農林係窓口で申請書を記入してください。
受付時間 平日 午前9時～午後5時
※電話等での申込みはお受けできませんのでご注意ください。
●お問合せ●産業振興課 農林係 電話 0267-88-8408



新たに仲間入りした水上自転車で 女神湖を満喫しよう！

女神湖センターに2人乗り水上自転車2台が新たに導入されました！
秋の色めいた景色を感じながら、ゆったりとした湖上散策を楽しめます。
ご家族やご友人との思い出づくりはもちろん、のんびりと自然を満喫したい方

にもおすすめです。

女神湖センターでは、町民の皆様に楽しいひと時をお過ごしいただきたく、次の日程でスワンポート他全ての乗り物を町民無料でご利用いただけます。大勢の皆さんのご来場をお待ちしております。

無料期日：シーズン終了までの各日曜日
午後1時～4時(約30分間ご利用いただけます。)

●お問合せ●女神湖センター 電話 0267-55-6210



庭木や山林の剪定・伐採

新販売
庭の舗装も！



枝が伸びて陽が入らない / 倒れそうな木がある
隣地にはみ出している / 落ち葉掃除が大変！

豊富な
経験と実績

枝葉の回収
まで対応

損害保険
加入済み

合同会社
もりとさと

090-2483-4577 (代表：田村)
moritosato.shinshu@gmail.com



廃棄物(ごみ)の不法投棄は犯罪です！

生活環境係

発看板を設置し、一定の成果をあげています。ごみの不法投棄でお困りの場合は、生活環境係までご相談ください。

4 ごみの不法投棄監視活動

町では、不法投棄監視員により町内の不法投棄の監視活動を実施しています。また、不法投棄監視カメラによる監視活動も実施し、不法投棄の未然防止及び監視の強化を図っています。不法投棄の監視活動にご理解ご協力をお願いします。

5 ごみの不法投棄の罰則

(廃掃法第25条、第32条関係)

【刑事処分】

個人 5年以下の拘禁刑、1千万円以下の罰金またはその併科
法人 3億円以下の罰金

6 ごみの不法投棄や不審な行為

(車両)を発見した場合の連絡先

建設環境課生活環境係

電話 0267-88-8411

佐久地域振興局環境・廃棄物対策課

電話 0267-63-3166

廃棄物(以下「ごみ」といいます)の不法投棄は、地域の景観を損なうだけでなく、有害な物質が漏れるおそれがあり、土壌、地下水、河川等が汚染される等の深刻な環境問題につながる犯罪行為です。町では、不法投棄監視員による監視活動や防止対策等を強化しています。ごみの不法投棄は、後を絶ちません。地域ぐるみで監視活動や防止対策等を行い、美しくきれいな町づくりを推進しましょう。

また、個人の所有地(管理地)であっても、廃棄物の処理及び清掃に関する法律(以下「廃掃法」といいます。)第5条の定めにより、清潔を保つこととされており、不適正な野外保管等は指導の対象となりますので、適正な処理をしてください。

1 ごみの不法投棄とは

ごみをごみの処分場以外の山林、原野、河川等にみだりに捨てたり埋めたりする行為のことです。

2 ごみを不法投棄された土地の所有者(管理者)

土地の所有者(管理者)は、ごみの不法投棄者が不明の場合、**廃掃法第5条の定めにより**、自らの責任でごみの処理を行うことになります。ごみの不法投棄者が判明した場合は、その者がごみの処理を行うことになります。

3 ごみの不法投棄で困っている場合

町では、ごみの不法投棄に対する啓



道路脇等への不法投棄



狂犬病予防注射を必ず受けましょう!!

生活環境係

狂犬病予防注射「秋の集合注射」を実施します

令和8年度、狂犬病予防注射「秋の集合注射」を次の日程で実施します。

今年度未注射および生後90日を経過した犬の飼い主には、狂犬病予防注射申請ハガキを郵送しますので、都合のよい実施場所で必ず注射を受けてください。

新規登録をされる場合は、役場生活環境係窓口または実施場所で申請してください。

● 実施日程

10月24日(土)	立科町役場駐車場	午前10時50分～11時10分
-----------	----------	-----------------

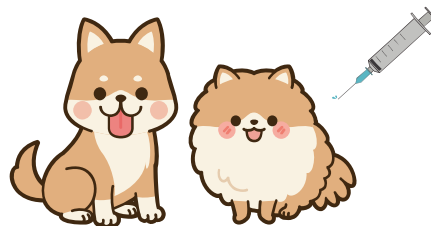
※昨年度より女神湖体育館前（蓼科地区）での集合注射は実施していません。

● 手数料（料金）

登録済の犬（注射料のみ）……………3,600円

新規登録の犬（注射料＋登録料）…6,600円

※お釣りのないようご持参ください。



● 狂犬病とは

狂犬病は、人と動物の共通感染症です。効果的な治療法はなく発病するとほぼ死亡するという恐ろしい病気です。

● 狂犬病予防法による義務

狂犬病予防法により犬の飼い主は、狂犬病予防注射を毎年1回受けることが義務づけられています。これを怠ると20万円以下の罰金に処せられることがあります。

● 秋の集合注射の対象となる犬

生後90日を経過した全ての犬で、今年度未注射の犬。譲り受けた犬や室内犬であっても対象となります。

- ・犬が死亡している場合は、ハガキに「死亡」と書いて提出してください。
- ・犬が病気、衰弱等により注射を受けられない場合は、獣医師の「猶予証明書」の提出をお願いします。

※ご不明な点は生活環境係へお問合せください。

犬の首輪には、鑑札・注射済票・名札等、飼い主の分かるものを必ず付けましょう！

● お問合せ ● 建設環境課 生活環境係 電話0267-88-8411

「宝くじの助成金」で

エアコン、テント等を整備しました！

企画振興係

市町村振興宝くじ（サマージャンボ）の収益金を財源としている、公益財団法人長野県市町村振興協会の「地域活動助成事業」を活用し、エアコン、テント等の備品を整備しました。

この事業は、宝くじの社会貢献広報事業の一環として地域社会の健全な発展と住民福祉の向上を目的に行われています。

実施団体	内 容	活用した助成事業
町区	エアコン	3台
	防災用テント	1 張
	掃除機	2 台
	テーブル	8 台
		(公財) 長野県市町村振興協会 「地域活動助成事業」 ※財源は宝くじの受託事業収入



下水道管に流していませんか？

上下水道係

下水道管に次のような物を流すと、汚水が流れなくなり悪臭の発生や下水道管のつまり、下水処理場の故障の原因になります。

流してはいけないもの

★水に溶けないもの (紙おむつ、木片、 タバコの吸殻等)



下水道管のつまりや、ポンプ場・下水処理場の故障の原因となります。可燃ごみとして捨てましょう。

★かみの毛



下水道管が詰まる原因となります。集めて可燃ごみとして捨てましょう。

★油 類

油を下水道管に流すと徐々に固まり、詰まる原因になります。

また、油の混ざった水を下水処理場できれいな水に戻すのは大変です。

料理で使った油は新聞紙や古い布に吸わせて可燃ごみとして捨てましょう。



★薬品類



薬品(ガソリン・灯油等の燃料や農薬・殺虫剤など水質に影響をあたえるもの)は下水道管を溶かす原因となったり、下水処理場の故障や水質に影響がでますので専門業者で処分する等、正しい方法で処分しましょう。

■その他

下水道公共マス設置後、まだ接続がお済みでない人は早期の接続をお願いします。

また、下水道は汚水のみを受け入れて処理を行いますので、雨水を誤接続されている場合はご相談をお願いします。

併せて、油脂等が固着し、管路の閉塞に繋がるおそれがありますので、グリストラップ等を設置している施設や店舗につきましては、適切な清掃をお願いします。

●お問合せ先 建設環境課 上下水道係 電話0267-88-8410

INFORMATION
お知らせ

ご存知ですか、 総務省の「行政相談」

行政相談は、国の行政などへの苦情や意見、要望を受け付け、担当行政機関とは異なる立場から、その解決や実現を促進するとともに、行政の制度や運営の改善に生かす仕組みです。

道路、社会福祉、交通機関、年金、雇用など幅広い分野の相談に対応しています。「どこに相談したらいいかわからない」「役所に申請したが進まない」「公共施設が壊れていて危険」「窓口には行きづらい」など、こんな時にもご利用ください。

行政相談は、

総務省行政相談センターきくみ長野

電話：0570-09-0110、

インターネット「行政相談受付」検索

(https://www.soumu.go.jp/main_sosiki/kyouka/soudan.html) のほか、

総務大臣から委嘱された行政相談委員が受け付けています。

総務省では、行政相談制度への理解と認識を深め、その利用を促進するため、毎年9月および10月の2か月間を「行政

「木造住宅」 無料耐震診断受付中

建設係

町では、住宅の耐震促進として、耐震性能を向上させる補強工事を実施する予定の既存木造住宅に対し、無料耐震診断を実施しています。

この診断は国、県、町が費用を負担し、今後起こりうる大規模地震から大切な生命や財産を守るため、住宅に倒壊の恐れがないかどうかを診断するものです。

診断は、長野県で登録されている木造住宅耐震診断士がご自宅に伺い、建物内の構造を確認し地震に対する強度を算出します。

耐震診断の対象は次のすべてに該当する住宅に限ります。

- ①昭和56年5月31日以前に着工された住宅
- ②木造在来工法の住宅
- ③長屋および共同住宅以外の個人所有の住宅

耐震診断を希望する人は、役場建設係窓口へお申込みください。

- ※1 診断は建物の内側および外側から測定器を使用して行います。
- ※2 申込み者が多数の場合は、先着順とさせていただきます、予算額に達し次第、終了となります。なおその場合、診断の実施は翌年度以降になります。
- ※3 原則として改修工事は、着工年度の末（3月末）に完了するものとします。

この耐震診断制度を利用した方で、該当する住宅の耐震補強工事を行う場合は町・県の補助制度があります。詳しくは役場建設係へお問合せください。



相談月間」と定め、この2か月間を中心とした期間において、各種行事を実施します。

当町では、以下の日時で、相談所が開設されます。

◇日時

10月16日(金) 午後1時30分～4時30分

◇場所…老人福祉センター

◇相談受付…浦野 喜芳 行政相談委員

電話…0267-5612263

第48回商工祭「多来福まつり」のお知らせ

立科町商工会では11月に恒例の商工祭を開催します。

昨年と同様に色々なイベントを計画しておりますので、その際は是非お越しください。

開催日 11月7日(土)

場所 立科町役場駐車場特設会場

問合せ先 立科町商工会

電話…0267-5611004

「要約筆記入門講座」受講者募集のお知らせ

要約筆記はその場の話の内容を文字で表し、耳の聞こえにくい皆さんに伝える通訳の方法です。障害者相談支援センターでは、入門講座を開催します。見学だけでもご参加いただけます。

お気軽にお問合せください。

会場

佐久市生涯学習センター視聴覚室

対象者

佐久地域に居住または勤務している人

定員 15名

全3回

午後1時30分から午後3時30分まで

1回 11月11日(水)

2回 11月18日(水)

3回 11月25日(水)

申込締切 11月4日(水)

費用 無料

内容 無料

第1回 聞こえにくいとは

第2回 要約筆記ってなに

第3回 要約筆記体験

お申込み・お問合せ先

佐久広域連合

障害者相談支援センター

電話…0267-6315117

(土日、祝日を除く)

午前8時30分から午後5時15分まで



【上田地域定住自立圏主催】 39歳以下独身者向け婚活交流会

企画振興係

- 日 時 11月29日(日) 午後1時30分～4時30分（受付：午後1時～）
■ 場 所 とうみワイン&ピアミュージアム（東御市和3875 0268-75-0885）
■ 対 象 39歳以下（昭和62年以降生まれの方）独身かつ、

【男性】上田地域定住自立圏※に在住または在勤の方

【女性】地域を問わず参加可能（上田地域定住自立圏※に在住または在勤の方を優先）

※上田地域定住自立圏…上田市・東御市・青木村・長和町・坂城町・立科町・嬬恋村

- 定 員 男女共に20名（応募者多数の場合は抽選）
■ 会 費 男性2,000円 女性1,500円
■ 内 容 ワインセミナー、1対1でのフリートーク、グループトーク他
■ 申込期間 11月13日(金)まで
■ 申込方法 QRコードを読みとり、専用フォームからお申込みください。
■ そ の 他 お土産の用意があります。

- お問合せ 〒386-8601 長野県上田市大手1-11-16
上田地域定住自立圏中心市 上田市移住交流推進課
電話 0268-71-6734
E-mail : ueda-konkatu@city.ueda.nagano.jp

- 主 催 上田地域定住自立圏
（上田市・東御市・青木村・長和町・坂城町・立科町・嬬恋村）



申込はこちらから



結婚新生活を始めるための費用を助成します ～立科町結婚新生活支援事業～

企画振興係

新婚生活をスタートする世帯を応援するため、新生活を始めるための費用を助成します。

【対象となる世帯】

次の①～⑤のすべてを満たす世帯が対象となります。

- ①令和7年1月1日から令和9年3月31日までに婚姻届を提出し、立科町に住民票のある世帯。
- ②婚姻の時点で夫婦いずれかの年齢が39歳以下であること。
- ③夫婦の令和7年分（2025年分）の所得の合計額が500万円未満※であること。
※貸与型奨学金を返済している場合は、令和7年中の返済額を所得から控除できます。
- ④夫婦の双方が、令和8年度に結婚、妊娠、出産または共家事、子育てに関する知識の習得等を目的として講座等を受講し、または医療機関等へ妊娠もしくは出産に係る相談を行っていること。
- ⑤町税等の徴収金に滞納がないこと。

【対象となる費用】

令和8年4月1日から令和9年3月31日までに生じた次の費用。

- ・新規の住宅賃貸費用（賃料、敷金、礼金、共益費、仲介手数料）
- ・新規の住宅取得費用（中古住宅に限ります。）
- ・結婚に伴う引越し費用
- ・結婚に伴う住居のリフォーム費用

詳しくは町HPをご覧ください。



詳細はこちら



【補 助 額】

該当世帯に最大30万円を上限額とし交付します。ただし、ご夫婦ともに29歳以下の場合は上限が60万円となります。

補助要件や申請手続きは、事前にお問合せください

●お問合せ●企画課 企画振興係 電話 0267-88-7315

分館人権学習会について

立科町内のすべての分館において、9月から分館人権学習会が開催されており、この学習会は、これまでさまざまな人権問題を取り上げ、毎年度各分館で学習会を開催してきました。

本年度の学習会では、人権啓発DVD『夕焼け』の視聴・意見交換を実施しています。この作品は、中学生の主人公が、幼い弟の世話や家事に追われる生活にしんどさを感じつつ「家族のことは家族であるのが当たり前」という思い込みから、気持ちを押し殺して生活しているヤングケアラーのお話です。元ケアラーとの交流によって、自分の状況や気持ちを見つめ直し、将来に向き合うための一歩を踏み出していく内容で、お互いを気かけ、人と人が繋がっていくことがケアラーと家族が抱える問題解決の糸口になる様子を描いています。

学習会では皆さんと一緒にDVDを見ながら考え、その内容から、家族や職場など身近な人とも人権について話し合うきっかけとしていただければ幸いです。大勢の皆さんのご参加をお待ちしています。

開催会場、日時はホームページまたは広報9月号をご覧ください。

川西消防署で普通救命講習開催!!

普通救命講習とは？

普通救命講習は、一般市民が実際の救急現場で対応できる力を養うことを目的とした、救命技能を学ぶ講習会です。特に、**心肺蘇生法**、**AEDの使用**、**気道異物除去**、**止血**、**外傷対応**などの技術を学びます。普通救命講習に参加することで救われる命がたくさんあります。ぜひ、この機会に受講してみたいはいかがでしょうか？

●開催場所：川西消防署

●日 時：11月7日(土) 午前9時～正午

●申込期間：10月12日(月)～11月1日(日)

●申込方法：川西消防署または近隣の消防署にお問い合わせいただき、申込書を提出してください。定員に達した時点で締め切りとします。

●服装・持ち物：実技のできる服装（スカート・革靴不可）、筆記用具等

●受講料：無料

※ 申込用紙は佐久広域連合消防本部ホームページまたは各消防署にございます。

※ お申込み後のキャンセルについては、早めにご連絡ください。



●お問合せ●川西消防署 電話 0267-53-0119 FAX 0267-54-2244

令和8年度 秋季自衛官等募集案内

1 一般曹候補生（定年まで勤務したい人に！）

- ・受験資格 18歳以上33歳未満の人
- ・受付期間 令和8年9月15日(火)～11月20日(金)
- ・1次試験 令和8年11月28日(土)～12月6日(日)の内1日
- ・2次試験 令和9年1月



2 2等陸・海・空士（継続か任期満了退職か自己を見つめ直すチャンスのある制度！）

- ・資格 18歳以上33歳未満の人
- ・受付期間 令和8年11月6日(金)まで
- ・試験日 学科試験（Web）令和8年11月25日(火)～26日(水)
身体検査・口述 令和8年11月28日(土)

また、資格等については、条件により異なります。詳しくは自衛官募集ホームページをご覧ください。自衛隊長野地方協力本部上田地域事務所までお問い合わせください。

お問合せ：自衛隊上田地域事務所

住所：上田市中央西2-3-13 上田法務総合庁舎1F（上田税務署向かい）

電話・FAX：0268-22-5267

詳しくは



長野地本

検索

相談時間等

- 立科小学校/午前9時～午前11時30分
電話0267-56-3131 (呼)
- 立科中学校/午後2時～午後5時
電話0267-56-1076 (呼)
- 立科町児童館/
午前11時50分～午後1時40分
電話0267-56-0248 (呼)

(担当 指導主事 中島一彦)

一人ひとりの子どもを 大事に

平成24年度大津市でいじめによる中学生の自殺事件がありました。この事件をきっかけに
□教育委員会の改変、□市町村毎の子どもいじめ条例の設置、□道徳の教科化が行われました。しかしその後も、教員による不祥事が続き、教育に真摯に携わる先生方が頭を垂れ、元気をなくしていくような雰囲気も生まれています。

教育はなにより、子どもと教員とが血の通った人間関係を築くところからこそ可能な営みです。

そして、そのような教育が目指すところは『山びこ学校』の「答辞」で佐藤藤三郎が言うように、

○人間一人に、ひとつしか与えられていない、「いのち」の大切さを学ぶこと

○その「いのち」を輝かせる、「生きる態度」について、考えること

という、二つに尽きるのではないのでしょうか。

長野県元教育長 斉藤金司先生 著「いのちの学習」より

左記の斉藤金司先生の言われる「血の通った関係を築く営み」という教育に向かいたいと思うのです。

一時の流行に流されず、コツコツと真摯に不易を求めながら、

一人ひとりの子どもをうんと大事にして、
子どもの喜びを教師自身の喜びとし、
保護者の思いを教師自身の思いとする、

そんな立科町の学校に、先生になってくれたらいいなあ、と思いながら、このエッセイ「なんだかうれしい」を書き続けています。

たのしみ

よしむら せいてつ

おかあさんは なんでも りょうりを かんがえる
なんで かんがえるか きいたら
いきとううちに なんでも かんがえらな
あたまが さびてしまうんやと
せっかく 生まれてきたんやから
いろんなことをして いろんなことを かんがえて
じんせいを たのしまな そんや ゆうた
おかあさんは たのしんだんか ときいたら
たのしんだうし
これから もっと たのしむんやて
ぼく たのしむ ゆうたら
あそぶことやとおもてたら
しごとやべんきょうのなかにも
たのしみが あるんやな
ぼく べんきょう いやや おもうてたけど
これから なにか たのしみ みつけようかな

「一年一組 先生あのね」『鹿島和夫 著』

子どもたちの作品を見る時に、大人の文芸作品を見て、いい作品だなあとか、そんな感覚で子どもたちの作品をみてしまったら、教育が成り立たなくなってしまう・・・

そんな思いを大切に教師をしてきました。左記の作品は「一年一組 先生あのね」『鹿島和夫 著』からの引用です。

よしむら君の作品もまた一年生なりに、しっかりとものを見て、深い感じ方をしていることが分かります。面白みの中に魂が揺さぶられるような思いになってくるのです。



吉村君の視点にぐぐっと思わず引き寄せられ、学ぶ意味を考え、同時に納得してしまいます。

学ぶ意味を適確にとらえる小学校一年生。そういう世界を一年生といえども確かに持っている。点数をつけて、評価するなんて、できないことです。家庭を支えるお母さんとの関わりあいの豊かさが見えてきます。



皆さんのご来館を
おまちしています

10月 行事予定

立科町児童館 こども未来館情報

教育委員会

※都合により内容等を変更する場合があります。詳しくは毎月発行しております「ながよし広場だより」(未就園児向け)、「じどうかんだより」(小学生向け)、立科町公式ホームページでご確認ください。

ながよし広場

- ★対象：就園前の子どもさんと保護者
- ★時間：午前10時30分～

10月 6日(火) 音あそび広場
9日(金) ちびっこ広場
15日(木) 親子運動遊び
20日(火) ひよこ広場
23日(金) 育児座談会
29日(木) ちびっこ広場

放課後子ども教室

10月 1日(木)	学習教室 囲碁・将棋教室	22日(木)	学習教室
5日(月)	学習教室 わくわく教室	26日(月)	学習教室 わくわく教室
8日(木)	学習教室	28日(水)	スポーツ教室
14日(水)	スポーツ教室	29日(木)	学習教室 囲碁・将棋教室
15日(木)	学習教室 囲碁・将棋教室		



夏休み「茶道体験教室」



夏休み「おはなし会」



夏休み「楽しいお弁当」



「学習の時間」

お問合せ 立科町児童館／電話 0267-56-0248

立科町の皆さま、こんにちは。

<主な業務内容>

- ・ 空き家の売却、管理業務
 - ・ 不動産仲介
 - ・ 建物解体業者のご紹介
 - ・ 相続に関するお手続きについて各専門家のご紹介
- 上記以外の事でも、お気軽にご相談ください。



ユーカリ不動産

長野県知事(1) 第6000号



【ユーカリ不動産】

代表：小平 秀和

住所：〒384-2211

長野県北佐久郡立科町大字茂田井2228番地

お問い合わせ：yu.karifudousan1006@gmail.com

営業時間：9:00～18:00

定休日：水曜日、祝祭日、年末年始

TEL：0267-78-5655

携帯：090-8843-9826





たてしな保育園の 子どもたち



ひよこ1組

夏のお楽しみ会の雰囲気を楽しみました。
お神輿の前でパシャリ★
ちょっと怖かったかな？



ひよこ2組

夏のお楽しみ会では、色々な屋台に興味津々！
お神輿に驚きましたが楽しく参加できました☆

あひる組

夏のお楽しみ会の「お祭りごっこ」では、年長さん
の屋台に行ったり、踊りに参加したりしました。
自分で選んだお面もステキでしょ！



年少組

年長さんが企画してくれた夏祭り！色々な屋台やお神輿、給食もお祭り
メニューと、特別な二日間になりました☆



年中組

年長さんが作ってくれたクレープがとてもおいしかったよ♡
屋台で遊んだり『たてしな音頭』をみんなで踊ったりして
とても楽しいお祭りでした☆



年長組

屋台やお神輿などをみんなで計画から準備まで頑張ったお楽しみ会！
保育園のみんなに喜んでもらい、楽しい思い出になりました☆

立科温泉 権現の湯来館者550万人達成！

平成10年4月のオープン以来、本年28年目を迎えた「権現の湯」は、8月26日(水)に累計入館者が550万人に達しました。

これもひとえに、町民の皆さんはもとより、権現の湯をご利用いただく大勢の皆さんからのご愛顧の賜物と心より感謝申し上げます。

記念すべき550万人目の入館者は、佐久市からお越しのお客様でした。そのお客様と、前後に来館された2名に両角町長が記念品を贈呈しました。

これからも皆さんに愛され、さらなるやすらぎとふれあいの場を提供できるよう、運営をまいります。今後とも「権現の湯」をご愛顧いただきますようお願い申し上げます。



地区防災訓練を実施しました

災害が発生したとき、地域で協力して助け合い、災害を最小限にとどめる協力体制づくりを推進するため、9月6日(日)を統一実施日と位置づけ、防災に備える日としました。

訓練実施地区では、区長・部落長を中心に1,000名の皆さんが参加し、有事の際の行動を確認しました。



立科町消防団が表彰されました

令和8年7月に町内で発生した行方不明者の捜索・発見において、立科町消防団の日頃の訓練の成果と迅速な対応が評価され、団に対し佐久警察署長から感謝状が贈呈されました。



広報たてしな 9月号の訂正とお詫び

企画振興係

広報たてしな9月号9ページ記載のこちら地域包括支援センターです！の内容に誤りがありましたので、訂正お詫びします。

正しくは次のとおりです。

オレンジカフェの開催について

誤	正
毎月2回	毎月1回



発行／立科町
編集／立科町広報編集委員会/電話0267-88-8403
〒384-2305 長野県北佐久郡立科町大字芦田2552番地

ホームページ/URL <https://www.town.tateshina.nagano.jp>
メールアドレス / E-mail: info@town.tateshina.nagano.jp
デザイン・制作／有限会社ヴィアッ

掲載情報掲載のため、
掲載情報/チラシを掲載しています。
※この広報は、FPCの掲載料/0.7を印刷してあります。
※「1」の数字は、FPCの掲載料/0.7を印刷してあります。

10月町民カレンダー

行事予定		保健・介護
1	木	婦人科検診
2	金	婦人科検診
3	土	たてしな保育園運動会
7	水	あたまの体操教室、お口の健康教室
10	土	第4回白樺高原歩け歩け大会
14	水	赤ちゃん相談室
15	木	ストレッチ教室
19	月	パパママ S A R O N
20	火	親子にここ教室
21	水	日常生活のできる減塩のコツ学習会
22	木	婦人科検診
24	土	たてしなふれ愛むら・福祉リサイクルバザー
29	木	お口の健康教室 第15回立科町健康づくり講演会
30	金	乳児健診(4・5か月児、10・11か月児) 1歳6か月児健診

各種相談日

●結婚情報センター相談会

10月11日(日)
午後1時30分～3時30分
場 所：老人福祉センター
◎立科町社会福祉協議会
電話0267-56-1825

●くらし・介護・健康・就労なんでも相談・行政相談

10月16日(金)
午後1時30分～4時30分
場 所：老人福祉センター
相談員：浦野 喜芳
飯塚 千鶴子
地域包括支援センター
まいさば相談員
◎立科町社会福祉協議会
電話0267-56-1825

- 町県民税(第3期)
- 国民健康保険税(第5期)
- 介護保険料：普通徴収(第7期)
- 後期高齢者医療保険料(第4期)



10月の納税

夜間・休日の急な病気やケガの相談

小児救急電話相談(平日19時～翌8時 土日祝日24時間) # 8000
ダイヤル回線・IP電話の場合は 026-235-1818
救急安心センター(平日19時～翌8時 土日祝日24時間) # 7119
ダイヤル回線・IP電話の場合は 026-231-3021

佐久地域平日夜間急病診療センター

【診療内容】 一般内科・小児科の初期救急診療
【診 療 日】 平日(土曜・日曜・祝日を除く)
【診療時間】 19:00～21:00受付の患者まで
【診療場所】 浅間総合病院内(佐久市岩村田1862-1)
【電 話】 090-8589-7635 (専用ダイヤル)
※事前に連絡をお願いします

佐久地域休日小児科急病診療センター

【診 療 日】 日曜・祝日
【診療時間】 9:00～正午受付の患者まで
【診療場所】 浅間総合病院内(佐久市岩村田1862-1)
【電 話】 0267-67-2295 (代表)
※事前に連絡をお願いします

町のデータ

人 □ 9月1日現在 (8月31日届出まで) ()内は前月比

人口	6,512 (－14)
男	3,239 (－7)
女	3,273 (－7)
世帯数	2,890 (－6)

※集計システムの変更(情報システム標準化)により、掲載形式を変更しました。(広報1月号から)

気 象		今 年	平 年 値
気 温	平 均	23.3℃	23.0℃
	最高極日	33.9℃/7.24.26日	35.8℃/R 7
	最低極日	14.1℃/11日	9.7℃/H30
降 水 量		122.5mm	118.8mm
降水量(1月～)		673.5mm	697.8mm
日 照 時 間		194.8時間	200時間

救 急			火 災		
	出動件数	年間累計		発件件数	年間累計
交通事故	1	6	建物火災	0	3
その他	61	322	その他	1	9
合計	62	328	合計	1	12

連絡先

立科町役場 電話 0267-56-2311(代表)
FAX 0267-56-2310

蓼科出張所(女神湖体育館)	電話0267-55-6201
中央公民館(事務室)	電話0267-88-8417
たてしな保育園	電話0267-56-0022
こども未来館(児童館)	電話0267-56-0248
老人福祉センター	電話0267-56-1825
立科温泉 権現の湯	電話0267-56-0606



立科町マスコットキャラクター「しいなちゃん」

休日緊急当番医

4 日	高橋医院	佐久市望月	0267-53-2366
	東小諸クリニック	小諸市	0267-25-8104
	雨宮病院	佐久市下小田切	0267-82-5311
	小林歯科医院	小諸市	0267-25-3708
11 日	こどもクリニックこもろ	小諸市	0267-31-0086
	こすも内科クリニック	佐久市平賀	0267-88-7211
	佐久平整形外科クリニック	佐久市岩村田	0267-66-7150
	土屋歯科クリニック	佐久市望月	0267-54-2317
12 月	小諸南城クリニック	小諸市	0267-26-5222
	小松耳鼻咽喉科クリニック	佐久市岩村田	0267-66-6300
	佐久平透析クリニック	佐久市佐久平駅南	0267-68-5423
	植木歯科医院	軽井沢町	0267-45-5291
18 日	小岩井整形外科	小諸市	0267-26-6788
	坂戸クリニック	佐久市中込原	0267-63-6323
	佐久平みゆき眼科	佐久市佐久平駅南	0267-68-5422
	てらお歯科医院	軽井沢町	0267-42-9123
25 日	岡田医院	佐久市望月	0267-53-2123
	柳橋脳神経外科	小諸市	0267-23-6131
	しのはら形成・皮ふクリニック	佐久市岩村田	0267-67-8825
	林歯科医院	小諸市	0267-22-0152

緊急当番医については、予告なく変更される場合がありますので、新聞または当番医に直接確認のうえ、受診してください。