

**1乳児健診(4・7・10か月児) 保健センター**  
7月18日(金) / 受付:12:30~12:45(7・10か月児) / 12:45~13:00(4か月児)  
4か月児 / 対象:平成26年2月生  
7か月児 / 対象:平成25年11・12月生  
10か月児 / 対象:平成25年9月生

**2幼児健診(1歳半・3歳児) 保健センター**  
7月11日(金) / 受付12:30~12:45  
1歳半児 / 対象:平成24年12月生  
3歳児 / 対象:平成23年6月生

**3予防接種外来(予約制) 信越病院**  
毎週(月)・(火) / 受付14:00~15:00  
※希望日の4日前までに予約してください  
※予防接種は一般外来でも承りますが、その場合も予約が必要です

**4よろず相談 子育て支援ルームなかよし**  
7月16日(金) / 10:30~11:30  
子育ての相談・計測

**5すこやか料理教室 保健センター**  
7月17日(金) / 9:45~13:30 / 内容:地元の食材を使った料理 / 申し込み:3日前まで

**6断酒会 総合会館**  
7月23日(金) / 19:00~21:00 / お酒をやめられない方、断酒を続けている方、ご家族の方のお酒についての相談、学習

**7精神保健相談 長野保健福祉事務所**  
7月11日(金) / 13:30~ / 不眠・アルコール依存・人間関係・引きこもりなど、本人・ご家族の心の相談を精神科医がお受けします。(要予約)

**8母乳相談 子育て支援ルームなかよし**  
7月7日(金) / 14日(金) / 28日(金)  
9:00~13:00 / 母乳育児の相談、乳房マッサージ、体重測定

**9あそびの会 子育て支援ルームなかよし**  
7月24日(金) / 10:30~11:30 / 内容:七夕かざりをつくろう!

**10園庭開放 各保育園**  
7月7日(金) / 25日(金) / 9:00~11:00

**11ちびっ子集まれ 各保育園**  
野尻保育園:7月22日(金) / 柏原保育園:7月17日(金) / 古間保育園:7月23日(金) / 富士里保育園:7月23日(金)

▶問い合わせ先

- 1~2・4~6 保健予防係 ☎(255)3112
- 3 信越病院小児科外来 ☎(255)3100
- 7 長野保健福祉事務所 ☎(225)9045
- 8・9 なかよし相談員 ☎090(4382)6832
- 10・11 野尻保育園 ☎(258)2345 / 柏原保育園 ☎(255)3740 / 古間保育園 ☎(255)2201 / 富士里保育園 ☎(255)3416

| 7月資源物収集           |                         | 圃住民福祉課環境係 ☎(255)5924 |
|-------------------|-------------------------|----------------------|
| 1日(金) ビン(無色)      | 17日(金) 発泡スチロール・トレー      |                      |
| 2日(金) 容器包装プラスチック  | 19日(日) 新聞・折込チラシ(柏原・富士里) |                      |
| 3日(金) ペットボトル      | 24日(金) ビン(その他の色)        |                      |
| 8日(金) ビン(茶色)      | 26日(日) 新聞・折込チラシ(野尻・古間)  |                      |
| 10日(金) 埋立ごみ       | 29日(金) スチール類            |                      |
| 15日(金) アルミ類       | 30日(金) 容器包装プラスチック       |                      |
| 16日(金) 容器包装プラスチック | 8月2日(日) 雑誌・雑がみ(柏原・富士里)  |                      |

ひとときの会からのお知らせ

青葉の香りを楽しむ 『ヨガ的森あるき』のすすめ

青葉が目にも優しい心地よい季節。森には美味しい出来立て酸素がいっぱいです。青葉の香りを楽しみながら御鹿池を散策してヨガの呼吸法とポーズをとることで、気持ちよく身体中に森のちからをいただきます。

■日時 7月18日(金) 9:30~12:00  
■集合 黒姫童話館前  
■参加費 200円(保険代ほか)  
■持ち物 レジャーシート・タオル・飲み水・リュック他  
※雨天の場合は室内で楽しむ「リラックスヨガ」に変更します。詳細はお問合せください。



お申込みは7月16日(金)までに産業観光課 癒しの森・企業誘致係 ☎(255)5925へ

## 長野県知事選挙 8月10日投票

【期日前投票】  
選挙日に投票所に行けない方は、期日前投票制度を利用して投票をしましょう。投票の際には入場券をお持ちください。入場券を紛失した場合は投票所でお申し出ください。

■日時 7月25日(金)~8月9日(土) 8:30~20:00  
■場所 役場2階 第6会議室

**棄権することなく投票に行きましょう**

### 緊急情報メール配信 利用者募集中!!

○災害/防犯/有害鳥獣/非常勤職員の各情報を配信中  
○登録は下記URLに空メールを送信、またはQRコードからアクセス

regist@info.town.shinanomachi.nagano.jp



圃総務課 庶務係 ☎(255)3143

### 求む! 空き家情報

若者定住促進のため、空き家情報を募集しています。家を貸したい方、空き家をご存知の方は、下記までご連絡ください。



圃産業観光課 癒しの森・企業誘致係 ☎(255)5925

### 信州ねりんピックの募集

【作品募集】  
9月5日~7日まで小諸市文化センター(小諸市乙女甲1275)において「信州ねりんピック長野県高齢者作品展」を開催します。皆さんの魅力あふれる作品をお待ちしています。

■資格:長野県内在住で60歳以上のアマチュアの方(昭和30年4月1日以前生)  
■部門:日本画、洋画、彫刻、手工芸、書、写真  
■申込締切:7月31日(金)  
■申込方法:長野県高齢者作品展出品票(所定用紙)に必要事項を記入し、お申込みください。  
※出品規格等詳細については、募集案内をお取り寄せてください。

【スポーツ交流大会参加者募集】  
■日程:9月20日(日)  
■会場:小諸市内各競技会場  
■種目:ダンススポーツ/グラウンド・ゴルフ/ゲートボール/ソフトテニス/ソフトバレーボール/ペタンク/マレットゴルフ/ウォークラリー/弓道/テニスの10種目  
■参加資格:長野県内在住で60歳以上の方(昭和30年4月1日以前生)  
■参加費:1人500円(資料・保険料等)  
■申込締切:7月31日(金)  
■申込方法:参加申込書(所定用紙)に必要事項を記入し、お申込みください。  
※詳細は競技要項(競技別)をお取り寄せてください。  
■資料の請求・申し込み先(共通) 住民福祉課 福祉係 ☎(255)1179  
圃(公財)長野県長寿社会開発センター ☎(226)3741

### 女性消防隊員を募集します

信濃町消防団では女性消防隊の発足にあたり、一緒に地域を守る女性の消防隊員を募集しています。広報活動や応急手当の普及活動など女性のチカラを活かして活動してみませんか?

■資格 町内在住及び町内に勤務する満18歳以上で、消防団員として活動できる方  
■処遇 年報酬及び活動手当、公務災害補償及び退職報奨金など、条例に基づき支給  
■活動内容 ①防火広報や高齢者世帯への防火訪問/②地域住民の応急手当指導/③各種行事で消防団のPR/④災害時の避難誘導や安否確認など  
※基本的に消火活動には従事しません。  
■申込み 所定の用紙に記入の上、総務課庶務係へ提出してください。

圃総務課 庶務係 ☎(255)3143

### 家族や地域の大切さに関する作品を募集

「家族の日」「家族の習慣」の一環として、子育てを身近な地域社会で支えることの重要性に対する理解と関心を高めることを目的に、写真、手紙・メールを募集します。

■募集内容  
「写真」子育てが家族のきずな / 子育てを応援する地域の方  
「手紙・メール」募集区分:小学生の部 / 中・高校生の部 / 一般の部 内容:子育てを家族みんなで支え合うことの大切さ、感謝などの想いを伝える内容のもの。子育てを社会も応援していくことの大切さを訴える内容のもの  
■募集期間 9月8日(日)

■その他 応募方法など詳しくは内閣府ホームページをご覧ください。  
圃教育委員会 子ども支援係 ☎(255)5923  
<http://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/family/index.html>

### 看護職の復職をお手伝い

看護職の就職プレ相談会(個別相談、情報提供)を行います。なお、参加は予約制です。

■日時 8月1日(金) 13:30~16:00  
■会場 ハローワーク長野(駐車場の中央プリント3F会議室)  
■相談担当者 長野県看護協会、ハローワーク他  
■申込み先 長野県看護協会  
詳しくは長野労働局HPまたは長野県看護協会HPをご覧ください。  
圃長野県看護協会 ☎0263(35)0067  
<http://www.nursen.or.jp>

### 放送大学で学びませんか!

放送大学では、平成26年度第2学期(10月入学)の学生を募集しています。放送大学は、テレビ、ラジオ、インターネットを利用して授業を行う通信制の大学です。働きながら大学卒業やキャリアアップ、退職後の生きがい作りなど、様々な目的で幅広い世代、職業の方が学ぶことができます。詳しい資料を無料でお送りしますので、お気軽にお問合せください。ホームページでも受け付けています。

■出願締切 8月31日(日)  
圃放送大学 長野学習センター ☎0266(58)2332  
<http://www.ouj.ac.jp>

毎週火曜日は、時間外窓口を行います

受付 7月1日 / 8日 / 15日 / 22日 / 29日 午後5:15~午後7:00

●税金・各種料金の支払い(※要納付書)  
●住民票/所得証明/戸籍関係の証明/印鑑証明の発行

※内容によっては発行できない場合もあります。  
※通常業務日と異なり、一般的な相談業務などは行っていません。

|               |     |               |         |
|---------------|-----|---------------|---------|
| オフトークしなごの自主番組 | 月   | 28日           | 詩吟の時間   |
|               | 火   | 22日           | 税務署だより  |
|               | 水   | 2,9,16,23日    | 保健だより   |
|               | 木   | 10日           | 消防だより   |
|               |     | 17日           | 交番だより   |
|               | 31日 | 一茶ふるさと俳句(木下閣) |         |
|               | 土   | 12,26日        | ふるさとの民話 |
| 19日           |     | 学校だより         |         |