

令和8年

令和8年2月1日

軽井沢町二十歳の集い



主な内容

庁舎改築周辺整備事業

基本設計での検討状況をお知らせします(環境編)… P2

教育委員会だより P19



庁舎改築周辺整備事業

基本設計での検討状況をお知らせします（環境編）

軽井沢町らしい環境に配慮した新施設（庁舎・交流センター）を実現するために、具体的に検討を進めている内容を紹介します。詳細については町ホームページでまとめていますのでご覧ください。



町ホームページ
庁舎改築周辺整備事業
について

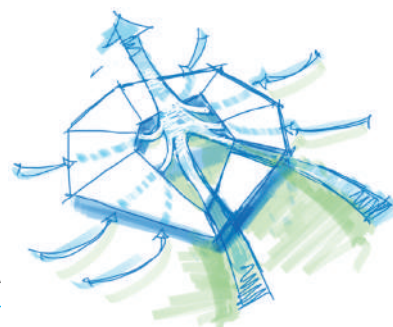
省エネで快適な室内環境について

役場庁舎・中央公民館については、建物や設備が老朽化し効率が悪いこと、熱源が化石燃料由来のものが主であり環境面に配慮できていないこと、併せて、そこで働く職員や来館者の室内環境が十分に整えられていないことなどの問題があります。

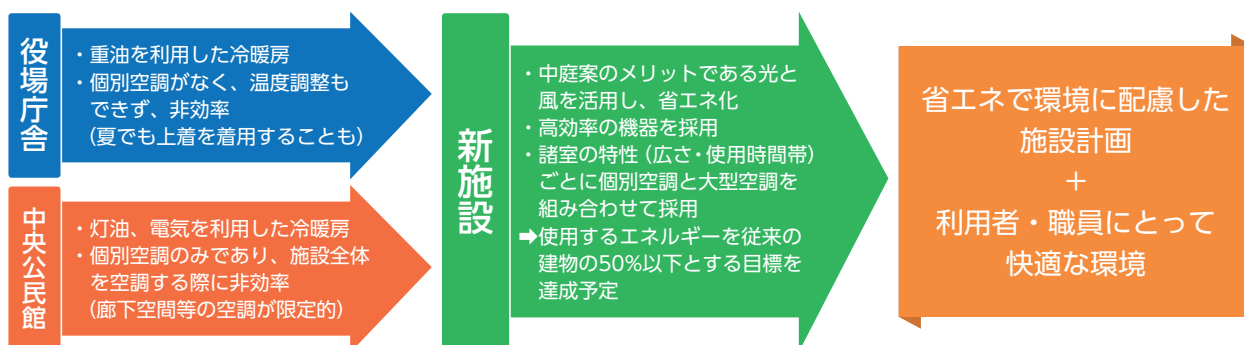
これらを改善するために様々な検討を進めていますが、特に中庭案のメリットの一つである自然の光や風を取り込みやすい建物形状にすることで、快適な室内環境を実現しながら、建物で消費する年間のエネルギーを従来（一般的な同規模）の建物の50%以下にすることを達成する予定です。

また、使用するエネルギーも再生可能エネルギー由来※のものを使用することで、環境にも優しい施設とします。

※温室効果ガスを排出しない低炭素の国産エネルギー源。現在の役場庁舎の電力は佐久平クリーンセンターのごみ焼却時に発生する排熱（バイオマス発電）を利用した発電による電力を購入



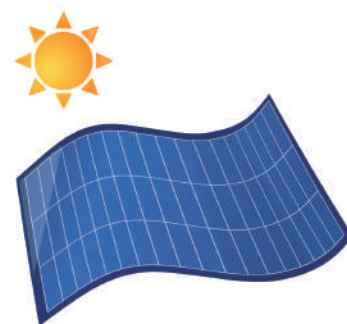
風の流れ（イメージ）



太陽光パネルの設置について

太陽光パネルについては、景観に配慮した計画とするため、建物本体ではなく車庫や倉庫の屋根への設置を検討していくことを昨年3月に策定した基本計画で決めました。

現在策定中の基本設計において駐車場等の配置が定まり、具体的な検討を進めましたが、複数の課題があり、これらを解消できる可能性のあるペロブスカイト※等の新技術もこれから見込まれることから、従来型の太陽光パネルの設置は見送り、新施設の建設時に新技術を導入できるように設計の段階で準備を進めていきます。



フィルム型ペロブスカイト太陽電池のイメージ

※軽くて柔軟、主原料のヨウ素が日本で生産できる太陽電池。

従来型の太陽電池では設置が困難な耐荷重性の低い屋根や建物の壁面等への導入が可能となる。

【問い合わせ】 新庁舎周辺整備課 新庁舎周辺整備室 ☎46-9065

『中軽井沢エリアのまちづくりに関するアンケート』

中軽井沢の未来を一緒に描こう！ 駅周辺や湯川をどう活かしたい？

中軽井沢エリアでは、住民、民間事業者、町が協力してまちづくりを進めています。

よりよい未来を描き、実現するために、エリアの魅力や課題、また皆さまの想いやアイデアをぜひお聞かせください！

回答期限 2月24日(火)まで

所要時間 10分程度

回答方法 右の二次元コードからご回答ください。

※町ホームページからアンケート用紙をダウンロードし、提出することもできます。詳しくは町ホームページをご覧ください。



オンライン回答

『中軽井沢エリアのまちづくりに関するアンケート』

「ナカカルAP」は、一緒に未来を描く仲間を募集しています！

ナカカル
AP

ナカカルAP（中軽井沢エリアプラットフォーム）とは

住民、民間事業者、町が力を合わせて、“やってみたい”をカタチにする場です。

小さな挑戦から生まれる変化をまち全体へ広げ、地域の魅力を高める活動を進めています。

暮らしや観光の時間がもっと楽しくなるような未来を一緒に描きませんか。



町ホームページ

官民連携エリアプラットフォーム
「ナカカルAP」

予告

3月にワークショップを開催予定です！

※詳細が決まり次第、町ホームページでお知らせします。

【問い合わせ】 総合政策課 まちづくり推進室 ☎45-2500

事業所、企業を対象とした「令和8年経済センサス・活動調査」が6月1日(月)を調査日として、全国一斉に実施されます。この調査は、事業所や企業の経済活動の状態を明らかにし、その結果は地域経済活性化の施策など各種施策、計画の基礎資料として利用されます。

町では、この調査に協力いただける調査員を募集しています。詳しくは、町ホームページをご覧ください。

募集期間 3月16日(月)まで
募集人数 10人程度
業務内容 下図のとおり
調査員報酬 5万円以上(予定)
受け持ち件数 100件程度
申込方法 申込用紙に必要事項を記入し、役場1階総合政策課企画調整係へ提出もしくは、郵送してください。

申込用紙は、総合政策課企画調整係で受け取るか、町ホームページからダウンロードしてください。

令和8年経済センサス・活動調査
調査員を募集します

【問い合わせ】
総合政策課 企画調整係

☎45-8504



町ホームページ
調査員募集

・調査書類の整理・提出

6月中旬

・調査回答確認のチラシ配布

6月1日(月)～7日(日)

・受け持ち範囲にある事業所の実態把握

・調査票等の配布

5月中旬～月末

・説明会に参加

4月下旬

令和8年

軽井沢町

消防出初式

1月13日に軽井沢町消防出初式を挙行了しました。

約100名の消防団員が集結し、災害に備え、町の安全と安心を守るため決意を新たにしました。

また式典では功績のあった103名が表彰されました。



令和8年消防団表彰

(敬称略)

日本消防協会会長表彰

精勤章

第3分団 分団長 藤巻 清

長野県消防協会会長表彰

功績章

第3分団 分団長 藤巻 清

功労章

第2分団 分団長 佐藤 祐二
第2分団 副分団長 坂本 優希

努力章

本部 部長 古越 政邦

精勤章

第1分団 副分団長 柳澤 宏樹
第5部 部長 市村 祐樹
第9部 部長 中村 怜志

技術章

第2分団 班長 小林 広幸
第5部 団員 斎藤 正樹

精勤章

第3部 部長 柳澤 聡
他8名

北佐久消防協会会長表彰

功労章

第1分団 副分団長 柳澤 宏樹
第2分団 副分団長 坂本 優希

永年勤続功労章

第1分団 班長 佐藤 俊祐
他5名

勤功章

第2部 部長 鈴木 一
他6名

精勤章

第12部 団員 小出 拓也
他4名

消防団長表彰

精勤章

第1分団 分団長 黛 寛之
他31名

軽井沢町感謝状

第1分団 前分団長 佐藤 幸恒
他15名

退職消防団員報償

報償1号 第8部 前団員 佐藤 正吉
(勤続25年以上の退団者)
報償2号 第1分団 前分団長 佐藤 幸恒
(勤続15年以上25年未満の退団者)
他9名

長野県知事表彰

第1部 前団員 土屋 忠
(勤続10年以上の退団者)
他4名

問い合わせ

消防課 消防係 ☎45・0119

「防災意識向上講演会」を実施します

災害対応力の強化や地域住民の防災意識の向上を図るため、大規模災害での語り部(講師)による実体験等を踏まえた講演会を開催します。

と き 2月28日(土) 14時から15時30分まで(90分)

と ころ 中央公民館 講義室

定 員 50名

申込方法 電話、メールまたはFAXで申し込んでください。

語り部(講師) 山田 修生 氏

東北防災安全研究所代表、宮城県防災指導員、仙台市地域防災リーダー(SBL)、防災士

※東日本大震災の際、全壊の自宅マンションで自らも被災しながら、住民の避難誘導および安否確認、避難所の開設・運営、支援物資の確保・配布等に携わったほか、地域内の一人暮らし・災害時要援護者の安否確認と支援活動を実施、経験をされ、全国各地で講演を行っています。

更なる地域防災力の向上を図るきっかけとなる貴重な機会ですので、自主防災組織役員のほか、多くの皆さんの参加をお待ちしております。

【申し込み・問い合わせ】 総合政策課 危機管理室 ☎45-1880 FAX45-2077

✉kikikanri@town.karuizawa.nagano.jp



令和7年第1回議会定例会 12月会議

12月4日から18日まで開催され、次の案件が可決等されました。

【規約の変更協議】

○浅麓水道企業団規約の変更に
関する協議

【条例の制定】

○軽井沢町乳児等通園支援事業
の設備及び運営に関する基
準を定める条例

○児童福祉法等の一部を改正す
る法律の施行に伴う子ども
家庭庁関係内閣府令の整備等
に関する内閣府令の施行に
伴う関係条例の整備に関する
条例

【条例の一部改正】

○軽井沢町家庭的保育事業等の
設備及び運営に関する基準
を定める条例の一部改正

○軽井沢町町税条例の一部改正

【条例の廃止】

○軽井沢町老人福祉センター条
例

【契約の締結】

○しなの鉄道線軽井沢・中軽井
沢間唐松歩道橋塗装塗替工
事に係る協定の締結

【その他議決等】

○軽井沢町町営住宅明渡し及び
滞納家賃等支払請求事件に
係る訴えの提起

【指定管理者の指定】

○軽井沢観光光会館

○軽井沢町観光振興センター

○軽井沢町地域交流施設くつか
けテラス

○軽井沢町農産物等直売施設軽
井沢発地市庭

○軽井沢風越公園アイスアリー
ナ外6施設

○軽井沢町都市施設さわやかハ
ット

【一般会計補正予算】

11億4,633万円増額
予算総額 22億6,646万円

【特別会計補正予算】

○国民健康保険事業

1,008万円増額

予算総額 27億2,541万円

【駐車場】

2,254万円増額

予算総額 4億2,525万円

【介護保険】

2万円増額

予算総額 19億2,381万円

【後期高齢者】

2,308万円増額

予算総額 5億8,349万円

【事業会計補正予算】

公共下水道事業資本的収入

4,377万円減額

予算総額 2億2,541万円

公共下水道事業資本的支出6、

627万円減額

予算総額 2億7,629万円

【軽井沢病院】

収益的収入

9,089万円減額

予算総額 30億996万円

収益的支出

3,235万円減額

予算総額 31億8,256万円

資本的収入

1,748万円減額

予算総額 2億1,668万円

資本的支出

3,633万円減額

予算総額 3億7,260万円

【専決処分の報告】

○令和7年度町単木もれ陽の里
屋根他改修工事変更請負契約
の締結

○木もれ陽の里での落雪による
車両損傷事故に係る損害賠償
の額を定めること及びこれに
伴う和解

○公用車での交通事故に係る損
害賠償の額を定めること及び
これに伴う和解

令和8年

第1回議会定例会

1月会議

1月9日に開催され、次の案
件が可決されました。

【条例の一部改正】

○軽井沢町一般職の職員の給与
に関する条例

【一般会計補正予算】

4億9,546万円増額
予算総額 23億3,192万円

【特別会計補正予算】

○国民健康保険事業

65万円増額

予算総額 27億2,606万円

【後期高齢者】

83万円増額

予算総額 5億8,432万円

【専決処分の報告】

令和6年度町単西部小学校東
教室棟他建設工事変更請負契
約の締結

親族に頼らず生きていく選択

～健康寿命(75歳)までにやっておきたい事～

- ✓ 元気なうちに老い支度や終活をしておきたい
- ✓ 亡くなった後のことをお願いできる人がほしい
- ✓ これからの人生で身内に迷惑・負担をかけたくない

※当会は、家族・親族の役割を担う支援を行っている団体です。日々の支援活動から事例をもとに“課題と対策”そして、これからの必要なことをわかりやすくお伝えしています！

NPO法人 日本よりそい家族会

本部／上田市中央西2丁目6-7「グリーヴ」1F-2
支所／長野・松本・高崎・宇都宮・水戸

老後の生き方セミナー

2月25日 水

佐久平交流センター
第3会議室 / 2階

受付 13:30～ 時間 14:00～16:00

■資料代 / 300円 ■定員 / 11名

◎3月6日(金) 個別相談会開催

【要予約】0120-12-8851
平日 10:00～17:00

広告

新しい風を吹かせる挑戦⑪

各分野の専門家による活動内容について連載します。

第二回『移動の生命線』を支える軽井沢の今

公共交通を支える日常とにぎわい

軽井沢町地域公共交通会議

委員（有識者）

轟

直希

（長野工業高等学校 准教授

）

軽井沢の公共交通は、町内に暮らす人だけでなく、観光で訪れる人や別荘で滞在する人など、多くの方に利用されています。季節や曜日、時間帯によっても人の流れが大きく変わる軽井沢では、そうした変化に対応しながら、誰もが安心して移動できる仕組みを維持することが、まちのにぎわいや暮らしの質を支えるうえで欠かせません。

その中心となっているのが、鉄道の3駅を軸に、西武観光バスや草軽交通などの路線バスが広域の移動を担い、町営の循環バスやデマンド交通が町内の移動を補完する交通ネットワークです。鉄道や路線バスが幹、町内循環バスが枝、デマンド交通やタクシー、徒歩・自転車などが葉として目的地までの移動を担い、それぞれが役割

分担することで、多様な移動ニーズに対応する軽井沢らしい交通環境が成り立っています。

昨年度からは、住民の皆さんとワークショップを重ね、路線や時間に縛られることなく、近くの場所から乗降できる予約制乗り合い交通サービス「よぶのる軽井沢」が高く評価されていたことが改めて確認されました。一方で、町全体の移動をすべて同じ仕組みで担うことは難しく、利用が集

中すると対応しきれない場面も生じます。全国的に運転手不足が進む中、限られた人手や車両をどこに、どのように使うかという「適材適所」の考え方が、これまで以上に重要になっています。

こうした背景を踏まえ、軽井沢では新しい交通のカタチにも挑戦しています。

令和6年4月から導入された「日本版ライドシェア」は、既存の公共交通を補完する手段として注目されています。また、昨年6月には自動運転バスの実証実験が行われ、人手不足への対応や将来の交通の可能性を探る取り組みが進んでいます。

これらの挑戦を通じて得られた知見を次に生かしていくことが重要です。現在策定が進む地域公共交通計画では、暮らし・旅・滞在を支える幹・枝・葉の交通をどう組み合わせ、持続可能な形で維持していくかが検討されています。軽井沢の公共交通は、今を支えながら、将来に向けて少しずつ進化を続けています。

東北信市町村交通災害共済の

申し込みを開始します

共済期間

令和8年4月1日(水)から

令和9年3月31日(水)まで

（4月1日以降加入の方は、申込日の翌日から）

※見舞金の請求期間は交通事故による災害を受けた日から2年以内となります。

会員資格

町内に住民登録をしている方および大学生などの被扶養者で、就学のため自宅から離れて居住している方

※町内の社会福祉施設では、各施設で団体加入しますので、二重加入しないように注意してください。

※全額補助の対象者は町が加入手続きを一括で行います。加入を希望されない方は申し出てください。



【申し込み・問い合わせ】

住民課 交通政策係 ☎45・8540

令和7年度に加入していただいた交通災害共済の期間は3月31日(火)までとなります。

令和8年度の申込用紙は2月上旬から各世帯に送付します。申し込みは、同封のチラシに記載の出張受付を利用していただくか、住民課③番窓口で申し込みください。

東北信市町村交通災害共済とは

交通事故にあわれた方とそのご遺族を救済するため、東北信22市町村で構成する共済制度です。

掛金は、一人年間 400円

中学生以下 200円

なお、加入日時点で、次の項目に該当する方は半額または全額を町で補助します。

●半額補助

- ・満70歳以上の方
- ・身体障害者手帳2級以上の方
- ・A1、A2、B1の療育手帳保持の方

●全額補助

- ・精神障害者保健福祉手帳保持の方
- ・社会福祉施設入所中の方
- ・令和8年度末時点で18歳以下の方

町が発行する文書の文字が標準化されます

地方公共団体情報システムの標準化に関する法律に基づき、全国の自治体の主な業務で取扱うシステムの統一・標準化を行っています。その一環として、軽井沢町の主な業務システムで使用する文字を2月から順次、「行政事務標準文字」に変更することになりました。

これに伴い、各種証明書や郵送物の宛名などに用いる文字が今までと違ったデザインになる場合があります。

Q 行政事務標準文字とは何ですか？

A 行政事務標準文字は、すべての自治体が同じ文字を使うことによって効率的な行政サービスの実施、大規模災害への迅速な対応ができるよう導入するものです。

これは、戸籍や住民票で使用されている標準的な文字をもとにデジタル庁が作成しました。

Q どのように変わるのですか？

A 部首の大きさ、曲げはねの違い、一部の長さの違いなど、デザインの差（「**字形**」の違い）の範囲内で変わる場合があります。漢字の骨組み（「**字体**」の違い）は変わりません。

字体は同じだが、
字形（デザイン）が
変わる例

硬 → 硬

文字構成要素の大きさの違い

湾 → 湾

文字構成要素内の曲げ止めと
曲げ跳ねの違い

雪 → 雪

文字構成要素内の画の長さの違い

空 → 空

文字構成要素内の画と画の接触、
非接触の違い

Q 今までの漢字は使えないのですか？

A 行政事務標準文字は、自治体が発行する証明書や印刷物、コンピューター処理などで使われるものであって、住民の方が同じ文字を使用しなければならないというものではありません。なお、戸籍では従来の文字を保持し続けます。

書類などに使う文字は、手書きの文字であればこれまで通りに使えます。コンピューターから入力する文字は行政事務標準文字を利用することになります。

詳しくは、デジタル庁ホームページをご覧ください。



デジタル庁
地方公共団体情報システム
における文字の標準化

【問い合わせ】 住民課 戸籍係 ☎45-8540

軽井沢スマイル商品券を配布します

原油価格、物価高騰により影響を受けている町民の生活支援や地域経済の活性化を目的とした「軽井沢スマイル商品券」を基準日（2月1日）に町の住民基本台帳に登録されている町民に1人10,000円分配布します。

● 利用期間 5月1日（金）から9月30日（水）まで

● 配布時期 4月上旬より

● 配布方法

簡易書留等の追跡ができる方法を予定しています。
※金券のため、置き配は不可。受け取りの際は押印または署名（サイン）が必要です。

軽井沢スマイル商品券取扱店を募集します

町では、物価高対策として実施する「軽井沢スマイル商品券」について、取扱店の届出を受け付けます。

対象事業者

※ただし、次に該当する事業者は対象外とします。

・軽井沢観光協会、軽井沢町商工会、軽井沢フードアソシエーション会員以外のフランチャイズ加盟店、チェーン店または大型店舗

・「軽井沢町の善良なる風俗を維持するための要綱」に反する事業者

・「軽井沢町暴力団排除条例」第2条に規定する暴力団と密接な関係を有している事業者

・民泊営業を営んでいる者

手続き方法等の詳細は、町ホームページをご確認ください。

申し込み・届出期限 2月27日（金）

【詳細・申込み・問い合わせ】

軽井沢スマイル商品券について

観光経済課 観光商工係 ☎45-8579

取扱店募集について

軽井沢町商工会

☎45-5307



町ホームページ
軽井沢スマイル商品券
取扱店を募集します



町ホームページ
軽井沢スマイル商品券
を配布します

町税の納め忘れはありませんか？

令和7年度末が近づいてきました。納期限が過ぎて未納になっている町税等がないか、今一度確認してください。納め忘れに気づいた場合は、早めの納付をお願いします。

○納税について

町では、税金の公平性の確保と収納率の向上を目指し、差押などの滞納処分を強化しています。

納期限までに町税等を納付されない場合は、督促状・催告書が発送され、本来納めるべき税金とは別に、督促手数料や延滞金が加算されます。

また、督促状・催告書が手元に届いた後も納税されない場合には、国税徴収法および地方税法に基づき、給与・預金・売掛金・生命保険・年金・不動産・自動車など財産調査を行い、発見された財産を差押・換価し、滞納している税金に充当します。

このような滞納処分が行われないように、納期限内納付をお願いします。

町税の納付方法については、町ホームページをご覧ください。



町ホームページ
町税の納付について

○納付相談について

町税等について、特別な事情により納期限までの納付が困難な方は、電話もしくは税務課②番窓口で相談してください。

【問い合わせ】 税務課 収税係 ☎45-8514

税務署からのお知らせ

■令和7年分の所得税・個人消費税・贈与税について税務署での相談をご検討の方へ

2月13日(金)までは、佐久税務署内に確定申告会場はありません。

自宅にて、国税庁ホームページにある確定申告書等作成コーナーからのスマホ申告等を検討してください。

申告に
困った時は

確定申告書等
作成コーナー



動画で見る
確定申告



チャットボット
「ふたば」



■確定申告会場開設期間

確定申告会場開設期間は2月16日(月)から3月16日(月)までです。確定申告会場での相談は、国税庁LINE公式アカウントによるオンライン事前予約をお願いします。なお、会場において当日受付も行っておりますが、当日の相談枠に限りがありますので、オンライン事前予約をご利用下さい。

※土・日・祝日は申告相談を行っておりません。

※確定申告会場ではマイナンバーカードを使用したスマホ申告を行っています。

※確定申告会場開設期間以外は事前予約制です。予約なくお越しいただいても対応できません。

【来署する際にご持参いただくもの】

- ・お使いのスマートフォン
- ・マイナンバーカードおよび設定したパスワード2種類
(数字4桁のもの・英数字6～16文字のもの)
- ・申告に必要な書類(収入や控除に関する書類)
例：給与や年金の源泉徴収票、生命保険料等の控除証明書など。

国税庁LINE
公式アカウントはこちら



【問い合わせ】 佐久税務署 ☎0267-67-3460

新しい民生委員・児童委員を紹介します

令和7年12月1日付で、下記の方々が民生委員・児童委員として厚生労働大臣より委嘱されました。任期は令和10年11月30日までの3年間です。

民生委員・児童委員は、町民の皆さんの身近な相談相手であり、社会奉仕の精神をもって地域社会の福祉の増進に努めるため、お困りのことについて相談に応じ、助言や支援活動を行っています。

自分の地区の委員が分からない場合は、保健福祉課まで問い合わせてください。

相談内容などについては秘密厳守となりますので、気軽に相談してください。また、委員が訪問することもありますのでご了承ください。

(敬称略)

担当地区	氏 名
旧軽井沢（東・南）	羽 吹 登 喜 子
旧軽(北)・峠町・小瀬	柳 澤 良 子
旧 軽 井 沢 （ 西 ）	小 林 美 智 子
新軽井沢（駅前東）	山 岸 ゆ い 子
新軽井沢（駅前西）	矢 嶋 昭 恵
新 軽 井 沢 （ 西 ）	利 根 川 徳 子
新 軽 井 沢 （ 東 ）	藤 城 栄 子
成 沢 （ 北 ）	上 原 栄 子
成 沢 （ 南 ）	西 郷 高 司
南 ケ 丘	原 野 太
南 軽 井 沢	吉 田 美 代 子
塩 沢	土 屋 恒 子
中軽(北東)・鶴溜	佐 藤 啓 子
中 軽 井 沢 （ 前 沢 ）	中 島 さ よ 子
中 軽 井 沢 （ 駅 前 東 ）	太 田 憲 治 郎
離山・中軽(中学以東)	向 井 弘 美
中 軽 井 沢 （ 駅 前 西 ）	土 屋 芳 明
中 軽 井 沢 （ 駅 北 ）	金 山 則 子
中 軽 井 沢 （ 駅 南 西 ）	土 屋 征 雄
中 軽 （ 中 部 小 通 以 西 ）	長 谷 川 繁 幸
中 軽 井 沢 （ 駅 南 東 ）	依 田 文 雄
烏 井 原	岩 井 美 佐 子

担当地区	氏 名
油 井	市 村 陽 子
千ヶ滝中区・塩壺	山 越 雄 一
千ヶ滝西区・星野	杉 山 幸 枝
古 宿	白 石 希 代 子
借宿(国道南・西)	遠 山 千 恵 子
借宿(国道北・西)	細 萱 栄 子
借 宿 （ 東 南 ）	掛 川 か お る
つくしヶ丘・借宿(東北・東)	斉 藤 み ど り
浅 間 台	太 田 倉 雄
大 日 向	寺 井 久 男
追 分 （ 北 ）	櫻 井 朝 教
追 分 （ 南 西 ）	小 林 日 登 美
追 分 （ 南 中 ）	柳 沢 と し 子
追 分 （ 南 東 ）	依 田 芳 子
三 ツ 石	小 林 志 津 江
馬取・ニュータウン	林 忠 幸
杉瓜・風越団地	柳 澤 た つ 江
下 発 地 ・ 上 発 地	佐 藤 公 一
茂 沢	荻 原 幸 永
主任児童委員(町内全域)	土 屋 栄 衛
主任児童委員(町内全域)	瀬 原 智 利

※太字は新任の方

【問い合わせ】 保健福祉課 福祉係 ☎44-3333

2月の納税等

忘れずに納期限までに納めましょう

国民健康保険税	第9期
介護保険料	第9期
後期高齢者医療保険料	第8期
上下水道料	12・1月
下水道受益者負担金	第4期
保育料	2月分
町営住宅家賃等	2月分

納期限
3月2日(月)

※税金などの納付には、便利で確実な口座振替を利用しましょう！
口座振替を利用の際は、口座残高の確認をお願いします。

4・5月EVENT

もうすぐ春です！

「くつかけテラスコンサート」多目的室前
4月29日(祝) 5月24日(日)
「ゴールデンウィークコンサート」中軽井沢駅改札口前
5月3日(祝) LiberCarmen 出演

くつかけ市場 4月29日(祝) 5月24日(日)
チャレンジジョブ前 10時～15時

しなの鉄道中軽井沢駅 お問い合わせ先
くつかけテラス TEL:0267-41-0743
FAX:0267-41-0511 軽井沢町大学長倉 3037-18

指定管理者 株式会社 フードサービスシンワ

広 告

令和7年度 明るい選挙啓発ポスター

町内の小中学校から68点の応募があり、次の作品が県審査において入選しました。

部 門	学校名	氏 名
小学生の部	軽井沢東部小学校	まゆづみ 蒼太 さん
	軽井沢中部小学校	さいとう 聖恋奈 さん
		さいとう 齋藤 あいりい さん



軽井沢東部小学校
黛 蒼太 さん



軽井沢中部小学校
齋藤 聖恋奈 さん



軽井沢中部小学校
齋藤 あいりい さん

【問い合わせ】 選挙管理委員会 ☎45-8298

第三者によるけが・病気は 町へ「傷病届」の提出を

「国民健康保険」「後期高齢者医療保険」に加入されている

方で、第三者からの行為により負ったけがや病気で病院を受診する場合、保険者(町)へ「第三者行為による傷病届」の提出が義務付けられています。これは、加害者が負担すべき医療費を保険者(町)が立て替え、後から加害者へ請求するためです。届出をしないと保険が適用されず、医療費が全額自己負担になる場合がありますので、必ず届出をしてください。

◆届出に必要なこと

①加害者の身元を確認

住所、氏名、電話番号、勤務先等。※交通事故の場合は、運転免許証、車のナンバー、自賠責保険・任意保険の有無も確認してください。

②警察への届出

小さな交通事故でも必ず警察へ届出をしてください。

③医師の診断を受ける

受診の際には、第三者によるけが・病気であることを伝え、診断書と領収書をもってください。

◆届出に該当する場合

- ・交通事故(自転車を含む)
- ・他人から暴力行為を受けたことによるけが
- ・他人のペットによるけが
- ・飲食店等での食中毒等

◆届出に該当しない場合

- ・勤務中の事故や業務中の傷病など、労災が適用されるとき
- ・当事者同士で賠償額などの示談をしまったとき
- ・加害者から治療費を受け取ったとき
- ・自身に法令違反(飲酒運転や無免許運転)や、故意又は重大な過失があるとき等

※この他にも、原因や状況によって該当しない場合があります。詳細については問い合わせてください。



【問い合わせ】

住民課 保険年金係

☎45-8540

2月1日は「フレイルの日」

フレイルとは「年齢に伴って筋力や心身の機能が低下した状態」のことをいい、身体に必要な栄養が不足すると、筋肉量が落ち、活動量が減少し、食欲が低下します。食事を摂るうえでは、たんぱく質とエネルギーと一緒に補給することが大切です。今回は補食や朝食としておすすめレシピを紹介します。

炊飯チーズパン



冷凍保存すると朝食にもおすすめです。
(解凍する場合は電子レンジ600wで2分加熱)

～作り方～

- ① ボウルにホットケーキミックス、卵、牛乳を加えて混ぜる。
- ② ①に枝豆コーン、ツナ、半量のチーズを入れて混ぜる。
- ③ 炊飯器に残りのチーズをひき、②を入れて、炊飯する。
- ④ 炊飯が終わったら、6等分する。
(加熱が足りない場合は再度炊飯する。)

材料 (6個分)

- ・ホットケーキミックス…200g
- ・卵…1個
- ・牛乳…140ml
- ・枝豆コーン…70g
- ・ツナ…1缶
- ・ピザ用チーズ…100g

【1個あたり】

エネルギー量：220kcal
たんぱく質：11.0g
食塩相当量：0.92g

【問い合わせ】 保健福祉課 保健センター ☎45-8549
地域包括支援センター ☎45-3269

地域包括支援センター 運営協議会の委員を 募集します

この委員会は、地域包括支援センターの適切な運営、公正・中立性の確保を図ることを目的に設置しています。
委員は、公募委員のほか保健医療・介護関係者など10人程度で構成します。

応募資格

2月1日現在、町に住所を有し、平日昼間の会議に出席できる方（ほかの審議会などの委員の方は応募できません。）

応募人数

1名

任期

令和8年3月1日(日)から
令和10年2月29日(火)まで

応募期限

2月16日(月)

【申し込み・問い合わせ】

保健福祉課

地域包括支援センター

☎45-3269

すこやか お出かけ利用券

を活用してください

寒い季節には、身体が温まる温泉や運動がおすすめです。温泉に入ると血行が促進され、冷え性や肩こりの改善、睡眠の質の向上が期待されます。また、運動をすることで筋力や持久力が向上し、転倒や骨折などのケガの予防に役立ちます。

引き換えを忘れずに！

令和7年度すこやかお出かけ利用券の利用期限は、令和8年3月31日(火)までです。
利用券の引き換えは木もれ陽の里で随時行っています。



※引き換えについて不明な方は、問い合わせてください。

【問い合わせ】

保健福祉課 高齢者係

☎44-3333

お知らせします! 町の入札結果

400万円以上の建設工事 (10月1日から12月31日まで)

No.	工 事 名	落札業者	落札金額(円)	落札日
1	町単 県道豊昇茂沢中軽井沢停車場線町道南原古宿線道路照明設置工事	矢木コーポレーション(株) 東信支店	7,810,000	R7.10.8
2	町単 町道発地馬取線側溝補修工事	(株)神津建材興業	9,317,000	
3	町単 町道中軽井沢小瀬線舗装補修工事	笹沢建設(株)	21,411,500	
4	町単 町道軽井沢東9号線道路補修工事	笹沢建設(株)	24,874,300	
5	町単 町道中谷地線地下道照明LED化工事	(株)エナジール	47,300,000	
6	町単 町道南軽4号線舗装補修工事	(株)ヤナコー	9,475,400	
7	道路メンテナンス事業補助 西屋敷浦1号橋補修工事	谷川建設(株)	9,078,300	
8	町単 農道85号線舗装補修工事	(有)中野土木施工	9,240,000	
9	町単 町道つくしヶ丘2号線舗装補修工事	(株)神津建材興業	6,930,000	R7.10.29
10	町単 各公園遊具等補修工事	(有)ワールドドリーム	5,995,000	
11	町単 北91号水路改修工事	軽井沢フジホーム(株)	4,147,000	
12	町単 町営住宅浴槽設置工事	石橋建築事務所	7,177,500	
13	町単 町道古宿堰上線浸透施設設置工事	軽井沢産業(株)	6,160,000	
14	町単 町道1-1156号線舗装補修工事	(有)藤巻工業	7,150,000	
15	道路メンテナンス事業補助 前沢跨線橋補修工事	(株)柳沢土木	24,299,000	R7.11.19
16	町単 町道成沢村中1号線配水管布設替工事	(有)土屋設備	10,375,200	R7.12.17
17	町単 国保軽井沢病院 照明設備改修工事	千曲電業(株)軽井沢支店	4,250,400	
18	町単 下田用水改修工事契約書	(有)中野土木施工	9,680,000	

【問い合わせ】 総務課 契約管理係 ☎45-8298

令和7年度 町等職員随時追加募集

	職 種	資格要件	受付期間	問い合わせ
会計年度任用職員	外科医師・薬剤師・社会福祉士 (正規職員)	医師免許・薬剤師免許・社会福祉士 資格を有する方	随時	軽井沢病院 ☎45-5111
	薬剤師・社会福祉士			
	保 育 士	保育士の資格を有する方	毎月12日まで (休日の場合は翌平日)	こども教育課 児童係 ☎45-8672
	児童厚生員	下記のいずれかの免許・資格を有する方 ・保育士 ・社会福祉士 ・幼稚園、小、中、高等学校教員 免許状を有する方 等		
	学校講師 (教諭に準ずる職務に従事する者)	小学校または中学校教員免許状を有 する方	毎月末日まで (休日の場合は翌平日)	こども教育課 学校教育係 ☎45-8672
	T・T(チームティーチング)講師			
	特別支援教育支援員	教員免許状を有する方または指導に 必要な経験または知識を有する方		
	医療的ケア児支援員	看護師資格を有する方		

※各職種の詳細については、問い合わせてください。

軽井沢ハーフマラソン2026 ランナー・ボランティア募集中



【ランナー】

と き 5月17日(日)
と ころ 軽井沢プリンスホテルスキー場 駐車場
参 加 費 ハーフマラソン 10,000円(税込) ファミリーペア 5,000円(税込)
 ※ファミリーペアで小学生2名参加の場合は6,000円(税込)
申込期間 3月1日(日)まで ※先着順とし、定員に達し次第、受け付けを締め切ります。
申込方法 軽井沢ハーフマラソン2026ホームページから申し込んでください。



軽井沢ハーフマラソン2026
ホームページ

【ボランティア】

と き 5月17日(日)
内 容 コース沿道整理、ランナーへの給水、各種ランナーへのサービスなど
申込期間 3月31日(火)まで
申込方法 ホームページ申し込みフォームまたは、ボランティア参加申込書を
 メールかFAXで事務局まで送ってください。
 詳しくは「ボランティア募集ホームページ」を確認してください。



ボランティア募集
ホームページ

【お問い合わせ】 軽井沢ハーフマラソン大会事務局（9時30分から17時まで ※土・日・祝日を除く）
 〒380-8564 長野県長野市南県町657 信濃毎日新聞社事業局RUNプロモーション室内
 TEL026-236-3371 FAX026-236-3370 E-mail: karuizawa@shinmai.co.jp

第50回軽井沢町民スキー大会 参加者募集

と き 3月7日(土)
と ころ 軽井沢町プリンスホテルスキー場 パラレルコース
受 付 7時30分から8時まで
対 象 者 町民および町内在勤者とその家族、町内別荘所有者
 (小・中学生については、保護者の承諾を得た者)
定 員 先着70名
参 加 料 500円 ※大会当日に受付にて徴収
申込期限 2月20日(金)



町ホームページ
 第50回軽井沢町民スキー大会
 参加者募集

【申し込み・問い合わせ】 軽井沢町スポーツ協会事務局（観光経済課 スポーツ推進係内）
 ☎45-8579 FAX46-3165
 ✉sports@town.karuizawa.nagano.jp

申込用紙を町ホームページよりダウンロードのうえ、メールまたはFAXで送信してください。
 悪天候、ゲレンデコンディションにより、中止となる場合があります。
 ※申し込み後、5日経過し、確認の返信がない場合は再度連絡をしてください。
 ※詳しくは、町ホームページをご覧ください。

環境クイズ 答え合わせ&解説 ～1月分～

町で発行している「かんきょう家計簿」内のクイズの答えを掲載します。

町ホームページ
 かんきょう家計簿モニター募集



Q あるものの環境負荷を示す「フードマイレージ」ですが、何における環境負荷を指しているでしょう。

①食料の外箱にかかるコスト ②食料の輸送にかかるコスト ③食料の研究にかかるコスト

答えは ②食料の輸送にかかるコスト です。

「食料の輸送量」と「輸送距離」をかけあわせた指標です。食料移動にともなう環境負荷を表しています。

町ホームページトップページから

「くらし・手続き」→「ごみ・環境・動物」→「地球温暖化・省エネ」→「かんきょう家計簿のモニター募集」

【問い合わせ】 環境課 環境政策係 ☎45-8556

軽井沢病院だより

「インソール（靴の中敷き）の交換のすすめ」

前回は、効果的なウォーキング方法についてお話をしました。今回は、日常生活で使用するシューズの中敷き（インソール）についてです。少しマニアックな内容になります。私たちが日ごろ使用しているシューズは、もともと中敷きが入っており、大半は取り出せるようになっていきます。たいていは、軽さを出すためであって、薄くて、土踏まずの盛り上がりもありないものが多いです。この中敷き（以下、インソールとします）を日常履きのシューズでもスポーツ用の高機能なものに交換して歩きやすく、疲れにくくしましょう。というのが今回のお話になります。

消臭目的やクッション性を良くしただけのインソールは、今回の内容には、当てはまりません。

以下にインソール交換の利点を5か条にして書きます。なお、私は、インソール業者の回し者でないことをお断りしておきます（わいろ等、一切ありません！）。

① **かかと、膝、股関節、腰への衝撃を緩和する。**

スポーツ用のインソールは土踏まずに当たる部分が盛り上がり、足底の湾曲（足底アーチ）にフィットするようになっています。このため、着地の際、かかとだけでなく、土踏まずにも力が分散するので、かかとへの衝撃が軽

減されます。土踏まずに伝達した力は、足底アーチや足関節の動きで吸収されますので、それより上位にある膝、股関節、腰は守られることになります。

② **土踏まずのマッサージ効果がある。**

人は誰でも土踏まずを押されると気持ちが良いものです。この土踏まずのマッサージを歩きながら、一歩ごとに体感できます。はじめは圧迫感をやや感じるかもしれませんが、慣れると心地よくなります。

③ **かかとの皮下脂肪を中心部に集めてクッション性を高めてくれる。**

年齢とともにかかとの皮下脂肪は潰されて足底から外側に押し出されて薄くなっています。また皮膚も固くなっています。幼少期のぶにゅぶにゆたかかかとといつまでもいられないのです。かかとのカップのしっかりしたインソールは、つぶれて扁平化してしまつた皮下脂肪をかかとの中心方向に集めて、かかとのクッション性能を向上させてくれます。

④ **足底のアーチを保つことができる。**

足底アーチを形成する足底の骨格には、筋肉や靭帯が多数付着しており、足の動きに大きく関与しています。そして足底アーチのへこんだ部位が土踏まずです。インソールの土踏まず部分のふくらみが足底のアーチにフィットすることで、長時間の立位・歩行による

アーチの崩れを防ぎ、結果として足や下腿が疲れにくくなります。また歩行時に足底に痛みが出る足底筋膜炎の予防にもなります。

⑤ **歩行時の安定感が得られる。**

スポーツ用のインソールは、や硬めにできていることが多いので、着地時に足首が揺らぎにくく、歩行が安定し、足関節の捻挫予防になります。

インソールの欠点としては、シューズ全体の重量がやや増えること、価格が1セット（2枚）で5000円～8000円程度と、見た目によらず高額であることです。ただし1回購入すれば、何年も使用できます。

シューズを取り扱っているスポーツ店にはいろいろ、いろいろなサイズの見本が置いてありますから、その見本の上に乗ったり、自分の靴の中に入れてみたりして、試してみるのがよいでしょう。特別な足型でない限り、既製品で代わいては事足りるはずですが、欠点としてもうひとつ、歩行時の安定感が得られる分、足底の微妙な感覚は鍛えられず衰えていきます。時々、素足や薄底のシューズで歩くことも忘れてはいけません。

インソールを使用してみて、足底に痛みを感じるようであれば、形があていない可能性がありまので、使用をやめましょう。

軽井沢病院 麻酔科 浅野 克則

（日本登山医学会所属）

《心と体の健康相談室にお話に来ませんか？》

朝起きて、なんとなく元気が

が出ない、ネガティブなことばかりが、頭の中でぐるぐるしてしまふ、そんな時はありませんか？

人間の脳はネガティブなことを探す傾向があると言われる。なぜなら、私たちの脳は考える脳である大脳が、とても発達していて、見たこと、感じたことなど、あらゆる経験を情報として大脳にストックしているのですが、その情報は、過去に経験した危険や不快を避けるために、使われるからです。

危険や不快なことはできれば避けたいし、過去の嫌だった経験を繰り返したくないので、人間の脳は危険察知能力に長けています。身の回りにある危険をいち早く発見して、自分が危険に晒されることを避ける防衛本能が、私たちに備わっていると言われます。

そこで、ネガティブな思考から抜け出して、もっと元気に楽しい気持ちで毎日を過ごしたい方におすすめの習慣があります。

一つ目は、ネガティブなことを考えている自分の状態に気がつくこと。気がつくだけでいいのです。ネガティブなことをまた考えてしまった：など、ジャッジする必要はあ

りません。

二つ目は、気持ちいい、心地いい、美味しい、楽しい、嬉しい、など、喜びの感情をたっぷり感じることです。例えば、お食事を「美味しいな」と声に出しながら食べる、お風呂に浸かった時に「あー、気持ちいい！」と言ってみる、自分が楽しいと思うことを選んでやってみる。こんなふう

に自分が喜びの感情を感じられる行動を選んだり、意識的にその感情をたっぷり感じるようにすると、ネガティブなことを考える時間が減っていくのです。

日々の習慣に取り入れてみてはいかがですか？

助産師相談外来では、どんなお悩みもお話しいただけます。

■ **軽井沢病院3階 産婦人科**

■ **婦人科外来・妊婦健診**

毎週 月曜日・金曜日

■ **助産師相談外来**

毎週 木曜日 一人 30分

相談時間



詳しくは
軽井沢病院
ホームページ

【予約・問い合わせ】
軽井沢病院 45・5111

御代田町・小諸市のイベント情報などをお知らせします

インフォメーションこもろ

<https://www.city.komoro.lg.jp/>

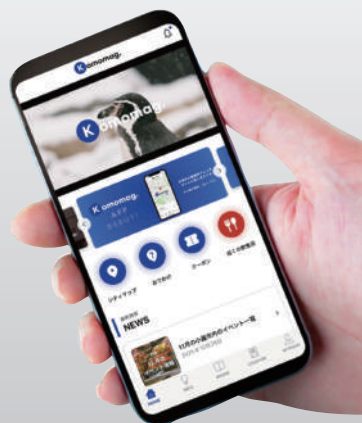
Komomag.

Komomag.(コモマグ) は小諸の「今」を「知り・感じ・楽しむ」ためのアプリとして、2025年11月に誕生しました。ぜひダウンロードしてご利用ください。

▶入手可能な情報

「NEWS」「くらしの情報」
「イベント情報」
「お得なクーポン」など

ダウンロードはコチラ▶



【問い合わせ】 一般社団法人 こもろ観光局 ☎0267-22-1234

Guide MIYOTA

<https://www.town.miyota.nagano.jp/>

第20回あつもりピアノリレーコンサート

あつもりピアノリレーコンサートは、エコールみよたが誇るスタインウェイのピアノを一人でも多くの方に楽しんで演奏してもらうことを目的としたコンサートです。

多くの参加者によって紡がれる多彩な音色をぜひ聞きに来てください。

と き 3月1日(日)
開場：8時30分 開演：9時
終演：12時頃 (予定)
会 場 エコールみよた あつもりホール
入場料 無料



【問い合わせ】 教育委員会 生涯学習係 ☎32-2770

生きものの気配が少ない冬の森でも、元気に飛び交う野鳥たち。この季節、彼らはどんなものを食べて命をつないでいるのでしょうか。
ご想像通り、イモムシなどの昆虫を探し出すのは大変です。そこで、カラ類などの野鳥は、冬になると草木の実を食べ始めます。昆虫に比べると栄養は少ないかもしれませんが、貴重なエネルギー源になるのです。
植物側にも大きな利益があります。鳥に丸呑みにされた堅い種子はそのまま排泄され、遠くの地で芽吹きます。鳥の腸内を通過することで、種子の発芽率が上がることもあるそうですよ。
はて？立派なくちばしを持つイカルやシメは、種子を噛み砕いて食べているような。そうならば、植物にとって丸損では...？
でも、ご安心？ください。そのまま排泄されていることもあるそうで、やはり植物の役に立っているそうですよ。

冬の森でもギブ&テイク

浅間山麓の仲間たち (270)



NPO法人ピッキオ
☎46-3818



お知らせ Information

募

募集

知

お知らせ

イ

イベント

知

2月7日(土)は【北方領土の日】

毎年、北方領土の返還を求めるため、「北方領土返還要求全国大会」が開催されるなど、この日を中心に全国各地で北方領土問題の早期解決に向けたさまざまな取組が行われています。

詳しくは、内閣府のホームページをご覧ください。

内閣府ホームページ



知

農地の土壌診断をしませんか？

土壌診断により農地の栄養状態を可視化できるようになります。栄養状態を把握することで次のようなメリットがあることから、町では土壌診断の実施に対する補助を行っています。

●栄養が必要以上に多い場合

→余分な肥料を減らすことで、コスト低減につながります。

●栄養が足りていない場合

→不足分の肥料を追加することで、作物の生育がよくなり、収穫量の増加につながります。

詳しくは、町ホームページをご覧ください。



町ホームページ
土壌診断の補助制度について

【問い合わせ】 観光経済課 農林振興係 ☎45-8579

知

農地を転用する場合は許可が必要です

農地を転用する場合は、農地法に基づく許可を受ける必要があります。

許可を受けずに農地の転用をした場合には、農地法に違反することとなり、工事の中止や現状回復などの命令がされる場合があります。

農地を転用したい場合や、売買、貸借したい場合は、事前に農業委員会に相談してください。

農地の転用とは？

田や畑を住宅用地や倉庫、資材置場、駐車場にするなど、農地を農地以外の用地にする行為のこと。



【問い合わせ】 農業委員会 ☎45-8579

募

町営住宅入居者募集

子育て世帯や住宅に困っている比較的收入の少ない世帯の方に対し、町営住宅の入居者を募集します。

●受付期間 2月2日(月)から6日(金)まで

●募集団地 一般世帯向け：風越団地（1戸）
（募集団地は変更になる場合があります。）

※設備機器、建具は新品ではありません。

●入居資格

町内に住所または勤務先のある方で同居あるいは同居しようとする親族（婚約者含む）がいる方
※60歳以上・犯罪被害者等の方は、単身入居が可能な場合があります。

●必要書類

- ①入居申込書
 - ②住民票謄本
 - ③所得証明・源泉徴収票等
 - ④納税証明書
 - ⑤給与証明書（勤務年数が1年未満の方）
 - ⑥婚約誓約書（所定様式）
 - ⑦退職証明書
- ※⑤から⑦までは該当者のみ必要

●抽選会・入居説明会

と き 2月12日(休) 10時から

ところ 役場 第11会議室

●入居時期 3月2日(月)以降指定する日

【申し込み・問い合わせ】 住民課 住民係 ☎45-8540

知

あさま山荘事件殉職警察官慰霊式

昭和47年に起きた連合赤軍による「あさま山荘事件」で殉職した警察官の慰霊式が行われます。

と き 2月27日(金) 11時から11時30分まで

ところ 顕彰碑「治安の礎」



昨年の慰霊式の様子

【問い合わせ】 軽井沢警察署 ☎42-0110

イ

保健補導員会主催
ノルディックウォーキング教室(予約制)

- と き** 2月18日(火) 13時30分から15時30分まで
受付：13時15分から
- ところ** 木もれ陽の里周辺コース
(集合場所：木もれ陽の里正面玄関前)
悪天候時は木もれ陽の里ひまわり(元食堂)
でポールを使った運動をします。
- 持ち物** ウォーキング用シューズ、リュック、タオル
帽子、飲み物、ポール(無料で貸し出し有)
- 申込期限** 2月17日(火)まで

【申し込み・問い合わせ】
保健補導員会事務局(保健センター) ☎45-8549

イ

頭と体の健康教室

「頭と体の健康教室」に初めて参加の方が対象です。楽しく頭と体を動かしましょう。継続して参加することで認知症予防に効果的です。

- と き** 2月3日(火)・17日(火)
いずれも13時30分から14時30分まで
- ところ** 木もれ陽の里 会議室1
※17日はデイサービス食堂に変更となります。
- 参加費** 無料 **持ち物** 飲み物、筆記用具
- 定員** 10名(要予約)

【申し込み・問い合わせ】
社会福祉協議会 ☎45-8113

イ

オレンジカフェ(認知症カフェ)

認知症のある方、ご家族の方、認知症に関心のある方などゆっくり話し、新たな出会いや地域とのつながりをつくりましょう。

- と き** 2月27日(金) 10時から
- ところ** 老人福祉センター
- 内容** お茶会 **定員** 15名(要予約)

【申し込み・問い合わせ】
保健福祉課 地域包括支援センター ☎45-3269

イ

脳いきいき健康サロン

懐かしい歌を歌いながら脳トレをします。簡単なダンスのふりを覚えて音楽に合わせて一緒に踊りましょう。フォークダンスや気功にも取り組みます。

- と き** 2月9日(月) 14時から15時まで
- ところ** 木もれ陽の里 デイサービス食堂
- 参加費** 無料 **持ち物** 飲み物
- 定員** 15名(要予約)

【申し込み・問い合わせ】
社会福祉協議会 ☎45-8113

イ

軽井沢町ファミリーサポートセンター 講習会

- と き** 3月12日(木) **ところ** 中軽井沢図書館 2階多目的室 **参加費** 無料



申し込み
フォーム

講座名	内 容	時 間	定員
①小児救命救急講習	乳児、小児の心肺蘇生法や応急手当、AEDの使用 方法。修了証(普通救命講習Ⅲ)の交付あり。	9時から12時まで	30名
②「つながる」「あったかい」子育て講座 ～今、知っておきたい子育て・保育のヒント～	講師：上田短期大学 准教授 千葉直紀氏	13時から14時まで	30名
③会員交流会	ファミリーサポート会員のための交流会。	14時から15時30分まで	15名

【申し込み・問い合わせ】 社会福祉協議会 ファミリーサポートセンター ☎41-0608

2月
日曜・祝日緊急医

《診療時間》

医科：9時から17時まで

歯科：9時から12時まで

※緊急医・診療時間については、都合により変更になる場合があります。

※小諸地区の緊急医・薬局については、町ホームページをご覧ください。



町ホームページ
日曜・祝日緊急医

2月	浅麓地区医科	浅麓地区歯科	浅麓地区薬局
1日(日)	軽井沢病院 ☎45-5111		シンビ堂借宿薬局 ☎46-6280
8日(日)	軽井沢西部総合病院 ☎32-4711		シンビ堂薬局 ☎42-7887
11日(水・祝)	井田医院 ☎32-3845	中山歯科クリニック ☎32-2000	シンビ堂御代田薬局 ☎32-8622
15日(日)	軽井沢病院 ☎45-5111		ひまわり薬局 ☎31-3120
22日(日)	軽井沢西部総合病院 ☎32-4711	よこみぞ歯科クリニック ☎32-3938	マツモトキヨシ軽井沢店 ☎44-3250
23日(月・祝)	織田醫院中軽井沢診療所 ☎44-3883		シンビ堂中軽井沢薬局 ☎45-7520

【問い合わせ】 保健福祉課 保健センター ☎45-8549



2月

子育てひろば



	内 容	と き	対 象 等
保健センター ☎45・8549	乳幼児相談（予約制） 妊婦相談も応じます。	6日(金)・19日(木) 9時から12時まで (計測のみの方は11時30分まで)	【対 象】 0歳から就学前までの乳幼児・妊婦 保健師・栄養士が相談に応じます。 計測のみの方は予約不要です。
	プレママパピクラス (1回目)	17日(火) 10時から12時まで (受付 9時50分)	【対 象】 出産予定日が令和8年5月から令和8年7月の妊婦。パパになる方もぜひ参加してください。
	3歳児健診	26日(木) ①グループ 12時30分から ②グループ 14時15分から	【対 象】 令和5年1月1日から2月26日生 ※事前に案内・キットを送付しますので詳細はそちらをご覧ください。
	3・4か月児健診	27日(金) ①グループ 13時 ②グループ 14時15分	【対 象】 令和7年10月・11月生 グループは案内はがきを確認してください。
☎316710 なないろ軽井沢	発達相談（予約制）	18日(水) 1日3枠（1枠1時間程度） 9時から、10時30分から 13時から	【対 象】 0歳から18歳までの児童およびその保護者
子育て支援センター「るるる」 ☎45・5744	おねんねアート 季節のパネルをバックに写真が撮れます。	3日(火)・17日(火) 10時から12時まで 13時から15時まで	【対 象】 0歳から3歳児向け
	リズムあそび 親子で楽しむふれあい遊びをします。	3日(火)・17日(火) 10時30分から10時45分まで 14時から14時15分まで	【対 象】 0歳から3歳児向け
	おはなしでてこい	6日(金)・19日(木) 10時30分から10時45分まで	【対 象】 0歳から3歳児向け
	作ってあそぼう 「手形でお雛様」を作ろう。	10日(火) 10時30分から11時まで 14時から14時30分まで	【対 象】 未就学児とその保護者
	ハッピーバースデイ 誕生月のお子さんの手形足形をとり、 誕生日カードを作ります。	12日(木) 10時から12時まで 13時から15時まで	【対 象】 未就学児とその保護者
	子育て講演会（予約制） 「親子でリトミック」	24日(火) 10時30分から11時30分まで	【講師】 リトミック研究センター 高林 愛里 先生 【対象】 1歳児から3歳児とその保護者 【申込】 21日(土)まで ※定員10組（事前申し込みが必要です。）
	子育てダイヤル	毎週月曜日から土曜日 9時30分から12時まで 13時から16時まで	【対 象】 0歳から3歳児向け ※保健師・保育士・管理栄養士が育児に関する相談に応じます。
	ぴよぴよベビー相談	毎週火曜・水曜日 9時30分から12時まで 13時から16時まで 毎週木曜日 9時30分から12時まで	【対 象】 0歳から3歳児とその保護者 ※助産師が授乳や産後の体調の相談に応じます。
	「牛乳パックの椅子」を作ろう！ 家にもほしい！の声にお応えして みんなで作ります。	2/25(水)・3/4(水)・3/11(水) 10時から11時まで 13時30分から14時30分まで (1回では完成しないので、 できるだけ3回参加できる方)	【持ち物】 ・牛乳パック6から10箱 ・好きなカラーのガムテープ ・透明な梱包用テープ（oppテープ） ・新聞紙（あれば）
保育園	園開放（中保育園） つくって遊ぼう	5日(木) 10時から11時まで	【対 象】 未就園児 【持ち物】 上履き、水筒 【連絡先】 中保育園 ☎45-5557
	子育て相談	予約受付時間 月曜日から金曜日（祝日除く） 10時から15時まで	相談日については事前に最寄りの保育園で予約してください。 東保育園 ☎42-3808 南保育園 ☎45-6516 西保育園 ☎45-1984 中保育園 ☎45-5557

教育委員会だより

Karuizawa Board of Education Newsletter



【問い合わせ】
こども教育課 児童係

☎45-8672

令和7年12月分から令和8年1月分までの児童手当を2月10日(火)に振り込みます。
受給者の方は入金を確認してください。

児童手当を指定口座に
振り込みます

12月定例教育委員会

12月の定例教育委員会が23日に開催されました。
事務局より次の案件を提出し、審議されました。

【審議事項】

- ①各種行事への後援等について
- ②全国学力・学習状況調査について
- ③就学援助について
- ④軽井沢町民生委員推薦会委員の選出について

物価高対応子育て応援手当のご案内

令和7年11月21日に閣議決定された「『強い経済』を実現する総合経済対策」に基づき、0歳から高校生年代までの子ども（平成19年4月2日から令和8年3月31日までに出生した児童）を養育する児童手当受給者に対し、子ども1人につき2万円の「物価高対応子育て応援手当」を支給します。



申請

原則申請不要ですが、申請が必要な方は以下のとおりです。

- ①令和7年10月1日から令和8年3月31日までに出生した児童の保護者
- ②令和7年10月1日以降に離婚（離婚調停中等も含む）により児童手当の申請が必要になった保護者

対象児童

- ①令和7年9月分の児童手当の支給対象児童（※令和7年9月に出生した児童については10月分）
- ②令和7年10月1日から令和8年3月31日までに出生した児童

支給対象者

- ①令和7年9月分の児童手当受給者（※令和7年9月に出生した児童については10月分）
- ②令和7年10月1日から令和8年3月31日までに出生した児童の保護者のうち生計を維持する程度の高い者

支給額等

対象児童1人につき一律2万円（1回限り）。児童手当受給口座等へ振り込みます。

支給時期

2月10日(火)から本手当を支給します。

【ご注意ください】

- ・公務員の方は、まずは所属庁へ手続きについて確認してください。

町ホームページ
物価高対応子育て
応援手当について



【問い合わせ】 こども教育課 児童係 ☎45-8672

中央公民館からのお知らせ

グループ登録団体 募集中!!

登録期間

令和8年4月1日から

令和10年3月31日まで

中央公民館を主な活動場所とするグループ登録団体が社会教育活動（学習・文化）を行うときは、無料で中央公民館を使用することができます。

なお、登録は次の条件を満たす団体が対象となります。

- ・会員が、町民もしくは町内勤務者で、6名以上（不特定多数は不可）
- ・営利事業ではない（塾も不可）（講師が代表でないこと）
- ・特定の政党・宗教団体に偏らない



町ホームページ
中央公民館グループ
登録団体について

詳しくは、町ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

中央公民館主催講座のアンケート調査

中央公民館では、毎年定期的に教養講座を開設していますが、参加しやすい講座や、参加したくなる講座の開設に向け、アンケート調査を行うことにしました。講座開設に向けた参考にしますので、たくさんの回答をお願いします。

アンケートには、二次元コードからご回答ください。



講座開催についての
アンケート

【申し込み・問い合わせ】 中央公民館 ☎45-8446

長い付き合い



スクールサポーター
(臨床心理士・公認心理師)
小林 真理

「こころのボランティア」

私が関わっているケースの中には、保育園の年中の頃から相談がはじまり、成人（18）になってからも相談を継続しているケースもあります。こういったケースが多いわけではありませんが、中学・高校を卒業し社会に向かっていくとなると、当然ながら、私たちスクールサポーターの心理職という専門性だけでは、十分ではないことが多く出てきます。

例えば、年中から関わっている子どもが、19歳になつているとすれば、既に14年間の伴走を続けてきたことになりまます。すると、直接私ができることでは無いにしても、まず相談をしてくれます。その中で必要なところにつないでいく、ということをしていきます。つないだ先に丸投げするのではなく、よりそうことを続けています。ある

ケースでは、本人の希望によりちゃんと自分で勤めるために、就労支援という福祉サービスを使いながら、本人なりのペースで働くことから練習を始めています。そこには就労支援施設の職員の方、相談支援員さん、本人が相談できる同性の方、サポーターマネージャー、福祉課など様々な方が関わっています。ある支援会議の時に施設の方が「これだけしつかりチームが組んでいるケースはなかなかないですよ」と感じしている様子がありました。本人が何を困っているか、どうしたいかをちゃんと話してくれるので、それに対応しようとして我々も動くことができるのです。

早期発見、早期対応という事は広く言われていますが、それを継続していくことが本来の本人の生活を支援していくことになっていくのです。困ったときに困ったと言えるようにすること、こうしたいけどどうしたらいいかということ、相談できるスキルをつけること、また相談できる場所や人などの環境をサポートしていくことも、小さい頃から関わることのできる

スクールサポーターの仕事の一つだといえます。「もう義務教育を卒業しているのだから、その人たちにないでいいじゃないか」と思われる方もいらっしゃるかもしれませんが、「チームの一員」として、その子どもがヘルプを出しやすい状況なのだと思います。

すべてのケースが、このケースのようにうまくいっているわけではありませんが、1人でも多くの子どもたちが自分らしく生きていけるようにチームを作ってサポートをしていく体制がある、ということを知っていただき、必要ときには相談をしていく、使えるものは何でも使えるという強さがあるのも良いのかもしれませんね。

（このケースに関しては、本人・保護者の了承を得て掲載しています。）



過去の「こころのボランティア」は町ホームページからご覧になれます。

図書館コーナー



◆中軽井沢図書館

2月イベント

◎図書館文化講座

「佐久穂の忍者、

日本の小説を売りにゆく」

講師 近谷 浩二氏

翻訳出版プロデューサー

柚木麻子の『BUTTER』など、今、世界で脚光を浴びる日本の小説。

佐久穂町にある「新駒書店」忍著店主でもある近谷氏に、最新の海外出版事情、翻訳出版の最新線をお話いただきます。

とき 2月22日(日)

開場 13時30分から

開演 14時から

ところ 中軽井沢図書館

2階多目的室

定員 50名

(定員になり次第締切)

※2月1日(日)9時30分から予約受付開始

◎ライブラリーシアター

(みんなでシネマ上映会)

「レ・ミゼラブル 字幕版」

とき 2月7日(土)

13時30分から

(上映時間 2時間38分)

※先着50名(申し込み不要)

◎ちいさなおともだちの

おはなしの会

とき 2月9日(月)

10時30分から

※当日、保健師による乳幼児の相談も行います。

◎町立図書館名誉館長

青木裕子の朗読基礎講座

(第10回)

とき 2月14日(土)

14時から

(1時間30分程度)

※見学のみ可能

◎おはなしの会

とき 2月15日(日)

10時30分から

◆雑誌カバー広告主を募集します

新たな自主財源の確保と利用者へのサービスの充実を図るため、雑誌カバー広告主を募集します。

○募集期間 随時

○掲載期間

広告料を納付した日の属する月の翌月から翌年3月31日まで

○広告媒体の概要

・掲載媒体

町立図書館で所蔵する雑誌のうち、最新刊の雑誌に外付けされたカバー

・規格

カバー表面 下1/2面

カバー裏面 全面

・掲載料

年額10,000円(4月から月額800円)

(8月のみ1,200円)

※詳しい内容は図書館まで、または図書館ホームページを確認してください。

◎図書館友の会

・「CEP・大人の英会話」

テーマ「本を読む」

とき 2月5日(木)

13時から

・「図書館研究会」

テーマ「離山図書館の将来像①」

とき 2月18日(水)

13時10分から

・「ビブリオバトル」

とき 2月20日(金)

15時から

ところ 会議室

※入会を希望する方は、各ボランティアの代表者に連絡が必要です。



新しい本が入りました!

又々 心の糧 (戦時下の軽井沢) 大堀 聰 著
うらざり長屋 高瀬 乃一 著
わたしたちの不完全な人生へ ヴェロニク・オヴァルデ 著, 村松 潔 訳
苔・地衣類図鑑 園田 純寛 監ほか
オニのせつぶんたいじ 岡田 よしたか 作



町立図書館
ホームページ

※蔵書検索・予約
ができます。

※図書館専用駐車場の混雑が予想されますので、公共交通機関を利用してください。

【申し込み・問い合わせ】
中軽井沢図書館

TEL 41-0850
FAX 41-0851



軽井沢大賀ホール2月コンサートスケジュール



と き	開 演	公 演 内 容	問い合わせ (主催者)
21日(土)	14時	《軽井沢大賀ホール主催公演》 2026軽井沢町民音楽祭 篠崎史紀ヴァイオリン・リサイタル	軽井沢大賀ホール ☎0267-42-0055
23日(月・祝)	10時30分	音楽コンクール入賞者によるミュージックフェスティバル in 軽井沢 【入場無料・未就学児入場可】	ピティナ佐久浅間ステーション ☎090-4152-8782

※休館日：2日(月)・9日(月)・12日(木)・16日(月)・24日(火)・25日(水)

※入場無料の公演は事前申込不要です。

※各公演のお問合せは、主催者へお願いします。

※公演により、チケットが売り切れの場合があります。

【公演開催会場】 軽井沢大賀ホール ☎42-0055 (休館日を除く9時から18時まで)

【チケット申し込み】 軽井沢大賀ホールチケットサービス ☎31-5555 (休館日を除く10時から18時まで)

軽井沢大賀ホール
ホームページ



【軽井沢大賀ホール主催公演】

篠崎 “まろ” 史紀が優雅に誘う、ヴァイオリン名曲への扉
2026軽井沢町民音楽祭 篠崎史紀ヴァイオリン・リサイタル

と き 2月21日(土) 14時開演

出 演 篠崎 史紀 (ヴァイオリン)、入江一雄 (ピアノ)

予定曲目 F.クライスラー：美しきロスマリン、愛の悲しみ、愛の喜び

S.ラフマニノフ (MARO編曲)：セレナーデ

F.レハール (MARO編曲)：メリー・ウィドウ・ワルツ 他

料 金 全席指定 軽井沢町民 1,000円、一般3,000円

※別荘所有者を含め軽井沢町内に在住する方を“軽井沢町民”といたします。

※その他の詳細、最新情報は軽井沢大賀ホールホームページで確認してください。

※公演内容は変更になる場合があります。未就学児の入場は遠慮してください。



施設工事のお知らせ

軽井沢大賀ホールでは、2月中旬まで施設工事を行っています。事務局・チケットサービスは通常営業します。

【問い合わせ】 軽井沢大賀ホール ☎42-0055 (休館日を除く9時から18時まで)

【問い合わせ】

植物園 ☎48-33337

【参考文献】佐藤邦雄(1978)
信州佐久の植物方言

② テッセンカ
クレマチス的一种テッセン
に似た花の意味。

① チョウセンアサガオ
朝鮮より渡来した朝顔の意味
と言われています。

方言と由来等

① チョウセンアサガオ

朝鮮より渡来した朝顔の意味
と言われています。

本州、四国、九州の林縁や草地等に生え、朝鮮半島、中国に分布する木本性のつる植物です。5月下旬から6月上旬頃、淡い紫色等の花をつけます。日本各地に野生するものと、古く中国から伝えられたものと、異なる系統があるそうです。



おもちゃの風車のような花をつけます
カザグルマ (風車)

軽井沢の植物と
方言 107

相談窓口



秘密厳守
相談無料

●交通事故相談(予約制)

とき 2月13日(金)

ところ 10時から15時まで
佐久合同庁舎

※前日までに予約が必要です。
予約がない場合は開催しませ

るので、注意してください。

【申し込み・問い合わせ】

佐久地域振興局

総務管理課 県民生活係

☎0267・63・3133

●心配ごと相談 (個別相談)

差別、いじめ、夫婦親子問題
などでお悩みの方は、お気軽に
相談してください。電話での相
談もお受けします。

とき 2月10日(火)

ところ 9時30分から15時まで
木もれ陽の里
会議室1

相談員 民生児童委員
人権擁護委員

【問い合わせ】

社会福祉協議会

(木もれ陽の里内)

☎45・8113

●人権相談

セクハラやパワハラ、家庭内
暴力、体罰やいじめ、インター
ネットでの誹謗中傷、差別な
ど「自分の悩みは人権侵害か
も?」と思ったら、気軽に電話
で相談してください。

とき 平日 8時30分から
17時15分まで

【問い合わせ】

みんなの人権110番

☎0570・003・110

●行政相談

日常生活の中で国等の仕事に
対し、「困っていること」、「要望
したいこと」、「聞きたいこと」
等を気軽に相談してください。

とき 2月12日(木)

ところ 10時から12時まで
役場 第6会議室

相談員 藤城 栄子 行政相談委員
両角 尚男 行政相談委員

【問い合わせ】

住民課 住民係

☎45・8540

●町民法律相談(予約制)

とき 2月20日(金)

ところ 1 枠30分程度
役場 第6会議室

担当 五月女 五郎 弁護士
開始時刻が予約時間より遅れ
る場合があります。

【申し込み・問い合わせ】

住民課 住民係

☎45・8540

●司法書士無料法律相談 (予約制)

借金問題、消費者被害、相続
成年後見などに関する相談をお
受けします。

とき 2月10日(火)

ところ 9時30分から15時まで
木もれ陽の里 相談室3

相談員

司法書士

【申し込み・問い合わせ】

社会福祉協議会 ☎45・8113

●行政書士無料相談会

長野県行政書士東信支部によ
る無料相談会を開催します。相
続、遺言、各種契約などでお困
りの方は、気軽に相談してくだ
さい。

とき 2月21日(土)

ところ 9時15分から12時15分まで
佐久市市民創健センター
多目的室3

【問い合わせ】

長野県行政書士会東信支部

☎0267・416013

●植生学相談 (予約制)

とき 2月27日(金)

ところ 役場 第6会議室
環境課 植生学専門員
蛭間 啓 博士(学術)

※詳しくは、町ホームページを
ご覧いただくか、問い合わせ
てください。

【申し込み・問い合わせ】

環境課 環境政策係

☎45・8556

善意ありがとうございます

Ⅱさわやか軽井沢

ふるさと寄附金Ⅱ

寄附金額1万円以上で、氏名
掲載を希望された方

(返礼品対象寄附を除く)

東京都 大塚 明生 様

軽井沢町 細野 恭平 様

東京都 荒井 邦彦 様

東京都 安淵 聖司 様

埼玉県 古屋 智宜 様

埼玉県 植松 裕史 様

東京都 伊藤 友則 様

Ⅱ環境保全事業へⅡ

軽井沢町 八十二銀行こがね会 様

戸籍の窓



12月1日から
12月31日まで
届出

※戸籍の窓は、町民で町に届出をされた
方の了解を得て掲載しています。

誕生

おめでとございます



結婚

末長くおしあわせに



おくやみ

ご冥福をお祈りします



わたくしたちのまち

人口	21,812人	前月比 (-1)
男	10,386人	(+16)
女	11,426人	(-17)
世帯数	11,291世帯	(-11)

住民基本台帳 1月1日現在

全日本小学生カーリング選手権大会 で優勝

1月7日（役場）

柳澤友希さん（中部小学校6年生）、土屋志人さん（中部小学校6年生）、土屋純人さん（中部小学校4年生）、柳澤風希さん（中部小学校4年生）、永井創世さん（西部小学校6年生）が神奈川県で開催された「JA全農チビリンピック2025 第7回全農杯 全日本小学生カーリング選手権大会」において、見事優勝を果たし、町長に報告をしました。

「決勝戦では、最初に点を取られてしまいましたが、落ち着いてプレーできました。」「練習量が結果につながりました。」と語りました。



祝 二十歳の集い

1月10日中央公民館にて、令和8年二十歳の集いが開催され115名の方が出席しました。

会場では、久しぶりに再会した仲間たちと笑顔で言葉を交わし、互いの成長を喜び合いながら、人生の節目となる二十歳を祝いました。華やかな晴れ着やスーツ姿に、会場は終始和やかな雰囲気になりました。

式典では、実行委員長の小林草太さんが代表あいさつに立ち、「迷うこともあると思いますが、これまで支えてくれた方々への感謝を忘れず、自分らしく挑戦していきたい」と、これからの抱負を力強く述べました。

