

佐久都市計画の変更案を縦覧します

長野県は「佐久都市計画区域の整備、開発及び保全の方針」の変更にあたり、都市計画の変更案を縦覧します。

当該都市計画の変更案について、縦覧期間満了の日までに長野県知事あてに意見書を提出することができます。

縦覧期間

平成25年7月17日(水)

～7月31日(水)

縦覧期間は予定であるため、変更の場合は長野県及び御代田町のホームページなどでお知らせします。

<http://www.pref.nagano.lg.jp/doboku/tosi/juran/juran.htm>

意見書の提出

意見書を提出される方は、縦覧場所に用意してあります用紙に必要事項を記入の上、縦覧期間内に縦覧場所まで提出してください。また、郵送で提出される方は7月31日(水)の到着分までとさせていただきます。

メールやファックスなどにより意見書を提出することは

農村風景写真募集

長野県では「ふるさと信州風景百選」を刊行するにあたり、信州の農村風景写真を募集しています。

閲覧場所・意見書の提出・問い合わせ先

長野県建設部都市計画課

026(235)7207

長野県佐久建設事務所整備課

0267(82)8272

(直通)

町建設課都市計画係(内線75)

住宅リフォーム補助金平成25年度予算額に達しました

平成25年度御代田町住宅リフォーム補助金は、6月6日

をもちまして本年度予算額に達しました。
詳細につきましては、お問い合わせください。

お問い合わせ先

建設課都市計画係(内線39)

御代田町景観賞

募集します

御代田町の景観を考える会では、「文化・高原公園都市御代田」にかかわしい、魅力的な景観を形成し、地域に誇りと愛着が感じられる美しいまちづくりに貢献する物件や活動を表彰するため「御代田町景観賞」を募集します。

自薦、他薦は問いませんので、皆さんが「地域の優れた景観形成に貢献している」と思うものを応募してください。

次のようなものを表彰します

- ・御代田町の景観形成にふさわしい魅力に溢れているもの
- ・花や緑などの自然を生かし、調和を図ったもの
- ・やすらぎと潤いをもたらしているもの
- ・景観を創出している活動
- ・公開性のある(沿道から見える)もの

応募の対象

・新築・改築された建築物・作物、広告物、生垣、まち並みなどで、景観、規格、設計、施工などが優れたもの

・緑化推進など景観形成の向上を目的とする活動を行っている企業、団体、グループ、個人

応募方法

役場建設課窓口(備え付けの応募用紙に必要事項を記入し、写真を添付していただき都市計画係)へ提出ください。

○応募締め切り

10月31日(木)まで

審査・選考

「御代田町の景観を考える会」役員で審査、選考します。

表彰

・受賞建築物等の建築主には賞状と銘版を、主な設計者・施工者には賞状を贈呈します。

・受賞団体・個人には、賞状を贈ります。

注意事項

・建築主(または所有者・管理者)・活動団体・個人など以外の方(設計者・施工者・その他の人)が応募する場合は、必ず建築主(または所有者・管理者)・活動団体・個人などの同意を得てから応募してください。

問い合わせ先

御代田町の景観を考える会事務局(建設課都市計画係内)(内線39)

エンジョイトレッキング参加者募集

NPO法人あさまハイランドスポーツクラブでは菅平の根子岳で行う安全で楽しいトレッキングを企画しました。ガイドもいますので安心してご参加ください。

日時

7月13日(土)雨天中止

行き先

菅平 根子岳

集合場所

菅平高原

菅平牧場管理事務所(現地集合)

集合時間

午前9時

解散予定

午後3時30分

会費

2000円(ガイド代十保除代)別途入山料(子ども100円・大人2000円)がかかります

持ち物

お弁当・飲み物・帽子・タオル・雨具・軍手・長袖(防寒着として)・長ズボン・おやつ・歩きなれた運動靴もしくは登山靴

募集人数

20名

参加資格

小学校4年生以上

*小学生は保護者同伴

締め切り

7月5日(金)

申し込み・問い合わせ先

NPO法人あさまハイランドスポーツクラブ(32)0019

サマージャンボ宝くじ

今年は1等・前後賞合わせて5億円!

発売期間

7月10日(水)～8月2日(金)

抽選日

8月13日(火)

2000万サマーと同時発売です。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に使われます。

※昨年のサマージャンボ宝くじ(第624回全国自治宝くじ)及び2000万サマー(第625回全国自治宝くじ)の時効(平成25年8月12日(月))が迫っておりますのでお忘れなく。

問い合わせ先

企画財政課企画係(内線53)

消費生活情報⑨ こんなときどうする?

Q 海外からダイレクトメールが届いた。宝くじの当選金を請求する権利があると書かれているが、宝くじを買った覚えはない。

A 買ってもいない宝くじが当たるとはありませぬ。当選したかのような表現がされていても、注意して読むと、海外宝くじの購入を代行業者に申し込むための文面である場合があります。

海外宝くじを国内で授受すると違法性を問われる可能性があります。また、一度申し込むと別の業者から次々とダイレクトメールが送られてきたり、一回だけの申し込みのつもりが、毎月料金を引き落とされるケースもあります。

また、申し込みをしない旨の連絡をする事も、相手に個人情報を与えてしまいます(住所・氏名・クレジットカード番号など)ので、このようなダイレクトメールは無視することです。

問い合わせ先

上田消費生活センター

02668(27)8517

町総務課

消費生活相談窓口(内線25)

朝食の大切さを考えよう

学校給食共同調理場 電話(41)0237

朝ごはんは大切なエネルギー源です。

家族みんなで朝食を食べましょう。



献立の立て方

- ①主食を決める。
- ②主食にあう主菜・副菜を考える。

朝ごはんを脳を働かせよう

脳は睡眠中も休みなく働いているので、朝起きたときは脳のエネルギーが不足した状態になっています。そこで朝食をぬくと、昼食までエネルギーが補給されないで、集中力がなくなったり、イライラしたりします。



栄養バランスが一目でわかる献立

○主食がごはんの場合(例)

主菜 卵焼き・温泉卵・焼き魚・納豆
副菜 青菜のおひたし・果物
汁物 (味噌汁等)

○主食がパンの場合(例)

主菜 目玉焼き・ベーコンエッグ・ハムステーキ・魚のムニエル
副菜 野菜サラダ・果物
飲み物



忙しい朝は、時間をかけずに用意することが大切です。事前に献立を考え、夕食の残りを利用したり、前日に料理の下準備をしておきましょう。