

丸子・武石地域共催

ふれあい・人権の集い2007

過去34回の歴史ある講演会。今回は、高齢者の生きがいの問題や、言葉遣いの大切さなどをお話いただきます。入場無料です。ぜひお出かけください。

●日時 12月8日(土)
午後6時30分～8時30分

●場所 丸子文化会館

●内容
講演／「～涙と笑いの90分～人生いつもありがとう」
講師／吉川精一氏(元NHKアナウンサー・歌手)
人権啓発作品発表など

☎ 社会教育課 TEL42・6682



吉川精一さん
(よしかわ・せいいち)
昭和38年NHKアナウンサーとして入局。「連想ゲーム」「のど自慢」「紅白歌合戦総合司会(2回)」など人気番組の司会を担当。
現在もNHKラジオジャパンレギュラーなどフリーアナウンサーとして「歌謡スポットライト」などの番組を担当しながら、各地で講演も行い、楽しい講演と各地で好評を得ている。

丸子解放センターまつり

●日時 12月8日(土)午前10時～午後3時(作品展示のみ)
9日(日)午前9時～午後3時

(作品展示、ステージ発表、そば打ち体験、健康相談)

●場所 丸子解放センター

☎ 丸子解放センター TEL42・6694

丸子地域

消費生活展

第21回を迎える消費生活展。今年も多数の後援団体、参加出品団体の協力を得て行います。記念品もありますので、皆さん、ぜひお出かけください。

●テーマ 「エコの輪を未来につなごう 家庭から」～きこえますか？地球の悲鳴が…～

●日時 12月2日(日)午前9時～午後3時30分

●場所 丸子文化会館小ホール

☎ 市民生活課 TEL42・1216

第45回「丸子詩歌祭」

作品の募集

多くの皆さんの作品をお待ちしています。お気軽にご応募ください。

●部門と制限 短歌2首、俳句3句、川柳3句、現代詩1篇(小・中・高校生は1部門につき1作品)

●応募規定 作品は近作、未発表のものに限ります。短歌、俳句、川柳ははがきを使用。現代詩は、題名、氏名を入れて400字詰め原稿用紙2枚以内。だれでも読める楷書でお書きください。

●応募範囲 どなたでも可

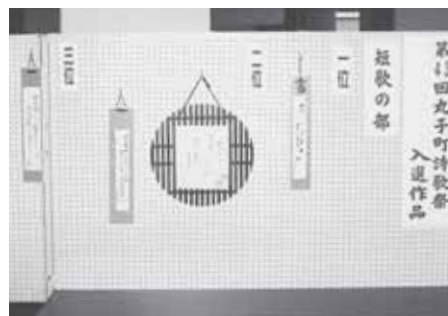
●募集期間 12月3日(月)～25日(火)必着

●応募方法 ①部門名、②住所(要郵便番号)、③氏名、④電話番号(小・中・高校生は学校名・学年・学級・氏名)を記入のうえ丸子公民館「詩歌祭係」(〒386-0404上田市上丸子1488)へ。投稿料は無料です。

●入選作品展示 平成20年2月29日(金)～3月9日(日)、作品集300冊は配布予定です。

●表彰式と作品研究会の日時／会場

平成20年3月9日(日)午後1時30分～／丸子文化会館・大会議室ほか
☎ 丸子公民館 TEL43・0120



お知らせ

Information
A La Carte

第23回 なんでも無料相談日

日常生活で抱えている様々な問題や経営上の悩みに、専門家が無料で相談にあたります。お気軽にご相談ください。

●日時 12月3日(月)午前10時～午後4時(法律相談受付は午後3時まで)

●場所 上田商工会議所5階ホール
●相談内容 経営、金融、法律、税務、労務、年金、不動産、登記、特許、求人、求職など

●相談担当者 弁護士、中小企業診断士、税理士、司法書士、不動産鑑定士、社会保険労務士、関係官庁担当者など

●問 上田商工会議所
TEL 22・4500

塩田の郷マレット ゴルフ場開場期間延長

毎年11月30日で閉場していた塩田の郷マレットゴルフ場を、12月16日(日)まで、「見晴らしコース」に限定し開場しますのでご利用ください(ただし、積雪などの事情で16日以前に閉場することもあります)。

※通年券、回数券は利用可能ですが、新生「上田市」発足記念事業公共施

設無料入場券は利用できません。

●問 塩田の郷マレットゴルフ場
TEL 39・4455

民事介入暴力 無料巡回相談所の開設

弁護士、暴力追放県民センター職員が県下各地域を巡回して相談に応じます。暴力団やその関係者などから不当な要求を受けてお困りの方は、この機会にご相談ください。相談は無料で秘密は固く守られます。

●日時 12月6日(木)午後1時～4時

●場所 市役所南庁舎6階真田の間
●相談時間 一人30分程度の予約制
●申し込み 長野県暴力追放県民センターへ事前に電話でお申し込みください。なお、予約がない場合でも会場ですぐ受け付けます。

●問 長野県暴力追放県民センター
TEL 026・2335・2140

市税の滞納で差押えた 電話加入権を公売します

●日時 12月4日(火)、受付／午後1時、入札／午後1時30分

●場所 市役所南庁舎5階第3会議室

●公売方法 競争入札(最低見積額は公告します)

●公売予定本数 当日決定

●公告場所 市役所本庁舎及び各地域自治センター

●注意事項 入札には、入札金(現金)、印鑑、運転免許証の写しか保険証の写しを持参し、本人がお越しください(代理人が参加する場合は、代理人の印鑑と本人自筆、押印の代理人選任届出書をお持ちください)。

※公売当日までに、公売の実施を中止することがありますので、あらかじめご了承ください。上田市のホームページにも掲載しています。

●問 市収納管理課 TEL 23・5172

高齢者等実態調査に ご協力をお願いします

長野県及び上田市では、平成20年度に第5次高齢者保健福祉計画及び第4期介護保険事業計画を策定します。そのための基本データとして高齢者などの実態や意識・意向の調査を、12月1日を調査時点として実施します。調査の対象者及び対象者数は次のとおりです(①及び②は該当された方に郵送で調査票を送付。回答期限などは直接お知らせします)。

①居宅要介護・要支援認定者実態調査／調査時点で、要介護・要支援の認定を受けている方のうち、抽出した2000人について実施します。ただし、介護保険施設などの入所者は除きます。

②元気高齢者実態調査／調査時点で、要介護・要支援の認定を受けてい

お知らせ

はかりの無料精度診断を行います

●実施日程

11月1日の計量記念日にちなみ、正確な計量器の使用と身近な計量器に関心を深めてもらうため、血圧計(デジタル式を除く)、体温計、ヘルスメーター及びキッチンスケールの無料精度診断を実施します。ご家庭などにあるはかりをお持ちになって、気軽にお出掛けください。

月 日	検 査 会 場	検 査 時 間
11月26日(月)	上田市福祉会館2階会議室	午前9時30分～正午 午後1時～3時
11月27日(火)	上田市福祉会館2階会議室 武石公民館第1会議室	午前9時～午前11時30分 午後1時30分～3時30分
11月28日(水)	丸子文化会館展示室	午前9時30分～正午 午後1時～3時
11月29日(木)	真田公民館ホール	
11月30日(金)	上田市福祉会館2階会議室	

●問 市商工課 TEL 23・5395

お知らせ

上田市民の森スケート場 12月15日(土)オープン!

オープン初日は入場無料です。

- 営業期間 12月15日(土)～平成20年2月11日(月・祝日)
- 休業日 12月31日(月)・平成20年1月1日(火)
- 営業時間 午前9時～午後4時30分(入場は午後4時まで)
- 入場料 大人／750円、中学生以下・付添い人／300円、未就学児／無料
- 貸靴料金 一人1回300円

市民の森スケート場
TEL27・9396



問

長野地方事務局上田支局
TEL 23・20001

日 時	時 間	場 所
12月4日(火)	午前10時～午後3時	上田市農村環境改善センター
12月5日(水)	午後1時～4時	市民プラザ・ゆう
12月6日(木)	午前10時～午後3時	川西公民館
12月7日(金)	午前9時～正午	真田総合福祉センター
12月7日(金)	午後1時～4時	塩田公民館
12月8日(土)	午前9時～正午	丸子ふれあいステーション
12月10日(月)	午前9時～正午	武石老人福祉センター

問

長野市茶臼山動物園
TEL 026・293・5167

●実施期間 12月1日(土)～平成20年2月29日(金)

生は5名まで入場料無料となります。かわいい動物たちに会いに来てください。



茶臼山動物園冬期 小中学校入園料無料

今年も次の期間中、

この記事(コピー可能)を
ご持参いただくと1

紙(1枚)につき小中学

後期高齢者医療制度の 加入と給付

平成20年4月からスタートする「後期高齢者医療制度」(75歳以上の方と65歳以上で一定の障がいがある方)についてお知らせします。

●後期高齢者医療制度の加入 ①現在の老人保健制度の対象者／平成20年4月に自動的に加入、②同年4月以降に75歳になる方／誕生日当日から自動的に対象者、③65歳以上75歳未満で一定の障がいのある方／申請をして、認定された日から該当。

問

市高齢者介護課
TEL 23・6246

③施設入所者等実態調査／介護保険施設などの入所者に対して県が調査を行います。

※いずれの場合も現在加入している国保や社会保険などから脱退します。

●保険証 この制度の独自のカード型保険証が一人に1枚交付されます(20年3月中旬に郵送します)。

●医師にかかるときの自己負担 老人保健で医療を受けるときと同じ

(一般／1割負担、同一世帯に課税所得が145万円以上の後期高齢者医療で医療を受ける方がいる方／3割負担)です。ただし、所得で3割負担該当の方のうち、後期高齢者医療で医療を受ける方の収入合計が、二人以上で520万円未満、一人で383万円未満の場合は、申請により一般と同様の1割負担となります。

●受けられる給付 老人保健と同様の給付が受けられます。

●市国保年金課 TEL 22・4100

●市民生活課 (内線1367) TEL 42・1053

人権相談所を開設します

12月4日～10日の「人権週間」にあわせて、人権相談所を開設します。いじめや体罰など子どもに関する問題、高齢者や障がい者に関する問題、夫婦や親子など家庭に関する悩みなど、お困りのことがありましたらどんなでもお気軽にご相談ください。相談は無料で秘密は固く守られます(申し込み不要、定員なし)。

●日時／場所

●市民生活課 TEL 72・0154
●市民生活課 TEL 85・2827

巡回労働相談

賃金や退職金に関する疑問や労働時間、休暇などに関する法律解釈など労働問題全般について、公正・中立な立場で専門の相談員が解決に向けた助言をします。相談は無料で、秘密は固く守られます。

●日時 12月8日(土)午前9時～正午

●場所 丸子ふれあいステーション3階会議室

●相談員 県労働相談員、東信労政事務所職員

●東信労政事務所 TEL 25・7144

●産業観光課

TEL 42・1047

12月1日から、ホームページのトップページにバナー広告を掲載します。掲載の申し込みは、市から委託した次の広告代理店で受け付けます。料金や掲載期間など、詳細はお問い合わせください。

上田市ホームページに掲載する広告を募集

プール休業のお知らせ
定期清掃および設備点検のため、しばらくの間お休みさせていただきます。温泉は通常通り営業します。
●期間 12月17日(月)～31日(月)(予定)
●真田温泉ふれあいさなだ館
TEL 72・2500

募集

任期付(育児休業代替)職員「作業療法士」を募集

- 採用人数 1名
- 応募資格 作業療法士の資格を有する方
- 就業期間 平成20年1月1日～平成21年12月29日(育児休業代替職員のため就業期間が変更となる場合があります)。
- 就業場所 健康福祉部健康推進課(南庁舎3階)
- 給与 上田市給与条例により支給
- 応募書類 ①履歴書(市販のもの、写真添付)、②80円切手張り付けの白二重封筒(可否連絡用、あて名を記入)、③作業療法士免許の写し
- 試験科目 教養試験、面接試験、作文試験、性格検査
- 本試験に応募できない方 日本国籍を有しない方、地方公務員法第16条の欠格条項に該当する方
- 試験日 12月12日(水)
- 申込期間 11月16日(金)～12月5日(木)必着
- 申し込み 市役所3階人材開発課まで(郵送可)
- 市人材開発課 TEL22・4100(内線1204)

明るい選挙の推進と政治意識の高揚を図るため「平成19年度明るい選挙推進長野県大会」が開催されます。あわせて、記念演奏会及び選挙・政治講演会が開かれます。入場は無料でどなたでも参加できます。お誘いのうえお気軽にご来場ください。

明るい選挙推進県大会 記念演奏会と講演会

催し

●申し込み
有限会社リンク(TEL 24・7664
<http://www.design-link.jp>)まで。
●市秘書課 TEL 22・3435

上小地区の障がいのある児童・生徒が日々の活動の中で取り組んだ作品の数々を展示します。ぜひ、お出

第26回上小児童生徒 交歓作品展

●申し込み 事前に電話でお申し込ください。
●池波正太郎真田太平記館
TEL 28・7100

●日時 12月8日(土)
午後6時30分～8時30分
●場所 池波正太郎真田太平記館
●演奏者 程農化氏
●助演 井原潤子氏(箏演奏)
●参加費 2000円(ドリンク付)
●定員 60名
●申し込み 事前に電話でお申し込ください。

世界的に有名な中国楽器・二胡奏者である程農化さんのコンサートです。冬の夜、郷愁を誘う二胡の調べをお楽しみください。

程農化リサイタル 「二胡の調べ」

●期日 11月28日(水)
●会場 市民会館ホール
●内容 長野県警察音楽隊による演奏会(午後1時50分)、講演会「どうなる、現代日本の政治と選挙」(午後2時30分)、講師/日本大学法学部教授の岩井奉信氏
●市選挙管理委員会
TEL 23・5438

<広告欄>

イオン上田ショッピングセンター

お買物無料巡回バス運行中!!

10/12日より一部ルート変更いたしました。

運行日

毎週 火曜日・金曜日
日曜日

毎月

20日・30日・祝日
(お客さま感謝デー)

毎週恒例 開催

大曜日

毎週火曜日発行

お買物値引券

ますます便利でお得! プレゼント

ジャスコ上田店 上田市常田 2-12-18 ☎0268(29)8181

募集

上田市交通災害共済事業 検討委員会の委員を 公募します

- 応募資格 市内在住の20歳以上の方
(審議会へ参画できるのは一人1審議会まで)
 - 募集人員 2名
 - 任期 委嘱の日から上田市交通災害共済事業の今後のあり方に関する事項についての検討が終了するまで
(平成20年度中終了予定)
 - 審議会の内容 上田市交通災害共済事業の今後のあり方に関する事項
 - 応募方法 所定の申込書(生活環境課にあります)に「上田市交通災害共済事業について」と題したレポート(800字以内・書式自由)を添えて、生活環境課に提出。レポートと面接により決定させていただきます。
 - 締め切り 12月3日(月)
- ☎ 市生活環境課 TEL23・4140

今年も多くの企業協賛により、上田駅前冬の彩るイルミネーション点灯式「第8回上田天神 灯の祭典」オープニングセレモニーが開催されます。

昨年以上の盛り上がりになること必至！皆さんでお出かけください。

駅前イルミネーション 点灯式においでください

☎ 武石小学校(永井)
TEL 85・2013

- かけください(入場無料)。
- 日時 11月20日(火)～26日(月)午前9時～午後5時(ただし最終日の26日は午後3時まで)
 - 場所 上田創造館1階ホール
 - 内容 上小地域の小中学校特別支援学級、特別支援学校で学ぶ児童・生徒の作品(図画習字、工作、研究、作物など)

上田演劇塾 10周年記念公演

- 上田の子どもたちが上田で創ったお芝居をぜひご覧ください。
- 日時/場所 12月1日(土)午後7時開演(6時30分開場)、同月2日(日)午後2時開演(1時30分開場)／上田文化会館、同月22日(土)午後2時開演(1時30分開場)／丸子セレスホール
 - 出演 NAGANO子ども演劇団、ほか
 - 内容 創作劇「あの子が笑えば」の
- ※詳しくは、ポスター、上田市ホームページをご覧ください。
- ☎ 市管理課 TEL 23・5129

第9回 バリアフリーコンサート

- 障がいを持っている方々と健常者が共に素晴らしい音楽を聴き、心が豊かになるよう、今年も「音を楽しむ会」を上田市文化支援事業として開催します。多彩な活動でファンを魅了し続けるバイオリニスト千住真理子さんの演奏をご堪能ください。
- 日時 12月22日(土)開場午後1時30分、開演2時
 - 場所 上田文化会館
 - 入場料 前売券S席／4000円、A席／3500円
- ※詳細はお問い合わせください。
- ☎ 事務局・滝塚 TEL 24・7224
- 上演、朗読劇、歌
- 入場料 子ども(中学生以下)／無料、大人(高校生以上)／1000円
- ※申し込みなど、詳細はお問い合わせください。
- ☎ NPO法人上田演劇塾
TEL 26・7300



千住真理子さん

<広告欄>

家で不要になった物の処理に困っていませんか？

処理 手順

①
(株)ウェルサイクル
(0268)26-1820へ
電話 CALL

②
●少量なら電話見積り
●多量なら現地で無料見積り
引き取り日時の打ち合わせ
(持ち込みも歓迎)

③
当社スタッフが家から運び出し、
トラックに積み込み完了。
電話一本で簡単・スピーディー処理、
まずはお電話を！

(株)ウェルサイクル 上田市天神3丁目11-40 ☎ (0268) 26-1820

第3回うえだ給食まつり

テーマは「来て・見て・話して・食べてみて」。お出かけください。

日時 11月25日(日)午前11時～午後3時

場所 モルティしおだ

内容 試食会／午前11時15分～午後0時30分、ゲーム・クイズコーナー

●

参加費 無料

給食まつり実行委員会事務局

(上田市職員労働組合)

TEL 27・0200

募集

だれでも先生、だれもが塾生 生涯楽習「上田自由塾」平成20年度講師募集



生涯楽習上田自由塾は、4年目を迎えます。平成19年度は67講座、塾生数800名となり、学びの輪が広がっています。平成20年度上田自由塾の講師を募集します。あなたの培った知識や経験を生かして講師として“教える楽しさ”を体験してみませんか。どのようなジャンルでも結構です。

●資格 どなたでもなれます。

●講座のテーマ 初めての方でも気軽に学べ、趣味、研究しているもの、職業上の経験などで教えられるもの(ただし、家元制度がある分野や特定の政治、宗教、企業や職業などの宣伝・営利を目的とするものなどは除く)。

●講座会場 上田、丸子、真田、武石地域の公民館などの公共施設

●講座の期間及び回数 平成20年4月～21年3月中、月1～2回、1回90分(原則)。

●講師説明会 申込者は、平成20年1月12日(土)午後1時30分から、中央公民館3階大会議室で行われる「講師説明会」にご出席ください。

※応募者の個人情報、上田自由塾の運営のみに使用しますのでご承知ください。

●応募方法 市内各公民館にある申請書「講座希望計画書」にご記入のうえ、郵送またはFAXでお申し込みください。公民館での入手が難しい方は事務局に電話(月～日曜日の午前9時～午後4時)いただければ送付します。ホームページからもダウンロードできます。

●応募締切 12月10日(月)厳守

●生涯楽習上田自由塾事務局(〒386-0017上田市踏入2-1-15池野第2ビル2階)
TEL/FAX 22・6840 <http://www.geocities.jp/uedajiyujuku/>

ふれあいさなだ館のイベント

井出五男さんによる「浪曲」忠臣蔵・赤穂浪士討ち入りのステージをお楽しみください。皆さん誘いのうえご来館ください(入館料必要)。

●日時 12月12日(水)午後0時30分～

真田温泉ふれあいさなだ館

TEL 72・2500

講座・教室

Information A La Carte

エコ・ハウス「わくわく講座」

リサイクル・リフォームの楽しさを体験しましょう(各講座定員10名)。

◇布ぞうり作り

●日時 12月10日(月)・17日(月)午前10時～午後3時(全2回コース)

●持ち物 ゆかたなど木綿の布、ものさし(30cm)、はさみ、弁当

●参加費 1300円

◇半円形ポーチ作り

●日時 12月13日(木)午前10時～午後3時

●持ち物 裁縫道具、弁当

●参加費 2000円、別途材料費

◇銀粘土でアクセサリ作り

ストラップを作ります。

●日時 12月18日(火)午前10時～午後3時

<広告欄>

不動産 買いたい 売りたい 仲介

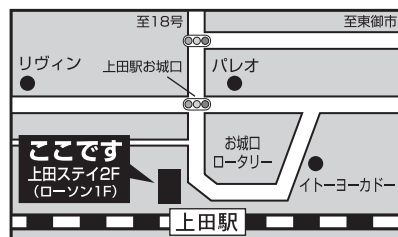
ご相談は安心と信頼の



上田交通(株)不動産部

TEL (0268) 23-2103 (上田駅前お城口)

ホームページ <http://www.ukg.co.jp/>



- 持ち物 磨き作業用にぼろ布、弁当
- 参加費 600円
- エコ・ハウス TEL 23・5144

障がい者対象のパソコン年賀状作成講座

- 日時 12月1日(土)午前10時～午後4時
- 場所 上田市ふれあい福祉センター2階大会議室
- 対象 上小地域在住の障がい者
- 定員 15名(先着順)
- 参加費 1000円(テキスト代)
- 申し込み 電話でセンターまで。
- 上小地域障害者自立支援センター・WING TEL 28・5522

子育て応援講座

お孫さんをお持ちのおじいさん、おばあさんや、地域で子育てを応援している方向けに講座を開催します。

なお、託児は一人につき100円(保険料)がかかります(参加費は無料です)。

上野が丘公民館会場(2日間)

- 日時/演題/講師 ①11月27日(火) 午前10時～11時30分/いまどきの子育て事情/金山美和子先生(長野県短期大学講師)、②同月29日(木)午後1時30分～3時/子どもの

歯の健康/関さち子先生(歯科医師)

川西公民館会場(2日間)

- 日時/演題/講師 ③12月3日(月)午後1時30分～3時/子どもの歯の健康/安齋理江先生(歯科医師)、④同月4日(火)午前10時～11時30分/いまどきの子育て事情/金山美和子先生(長野県短期大学講師)
- 参加・託児申し込み 電話でWith・mom(平日午前10時～午後3時)まで。
- With・mom TEL 090・3390・6094

男性クッキング「入門編」

- 日時 12月6日(木)・13日(木)・20日(木)(3回1コース)午前9時～午後0時30分
- 場所 丸子ふれあいステーション1階保健センター
- 内容 食生活についての学習と調理実習(1回目/おにぎりを作ろう、2回目/味噌汁と簡単なおかずを作ろう、3回目/一食分を作ろう)
- 対象 男性(未経験者・基礎から学びたい方)
- 定員 20名
- 参加費 300円
- 応募締切 11月30日(金)
- 丸健康福祉課 TEL 42・1117

募集

宅老所立ち上げを支援します

市内宅老所(介護保険の通所介護サービス)の立ち上げを支援します。募集方法、募集対象地区など詳細は、高齢者介護課へお問い合わせください。

- 募集対象 平成20年度に宅老所を立ち上げる予定の法人
- 募集数 1か所
- 補助金額 整備費用の4分の3以内(補助限度額750万円)
- 募集締切 12月7日(金)
- 市高齢者介護課 TEL 23・6246

インターンシップに参加しませんか

高校生や大学、短大、専門学校生を対象に冬休みなどを利用したインターンシップ(就業体験)の参加者を募集します。就学中に働く体験をすることで「職業観が身につく」「社会人としての進路がイメージできる」「見聞を広め、学校で何を学ぶべきかを考える」などの効果が期待できます。

- 上田職業安定協会(上田商工会議所内) TEL 22・4500

<広告欄>

補聴器無料お試し体験会開催

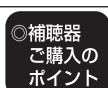
「補聴器は雑音がうるさくて」という声にお答えして、お耳の形と聴力に合わせた補聴器でお試しいただけます。



補聴器のタイプも多種多様です。現在ご使用の補聴器にご不満を抱えている方、初めてのご使用を考えている方に、十分に納得していただけるまでご相談に応じます。その上でお客様の耳の形や生活に合った補聴器を、何度でもお試し頂き、最適な補聴器をお届けします。

■雑音抑制機能付き完全全自動補聴器
販売価格 140,000円～(非課税)

☆代金の分割払いも承りますのでご相談ください。



1. 正確に聴力を検査すること ※聴力検査で、ご自分の難聴の種類と程度がわかります。
2. お耳の形と現在の聴力にぴったり合わせる ※正確に調整できる設備と技術
3. ご購入後も安心してご使用いただける生涯アフターメンテナンス ※補聴器は身体に付けてご使用いただくもので、定期的にご点検、お掃除がずっと必要になる機械です。

★創業23年の信頼と経験。全国100店舗ネットの補聴器専門店。真心と誠実がモットーのゆっくり、じっくり相談できるお店です。お気軽にご相談下さい。聴力測定室も完備。

世界の補聴器のリードメーカー、オーディコン、シーメンス補聴器etc

北陸補聴器株式会社 身体障害者福祉法補聴器委託契約店

信濃補聴器センター

上田市中央3丁目5-22 上田市ふれあい福祉センターとなり

☎(0268)23-0428

■営業時間 午前9時～午後5時 ■定休日 毎週日曜・祝日・第4土曜日
■ご相談により、時間外相談も承ります。お気軽にどうぞ。



ナイタースキー教室 参加者募集

- 日時 平成20年1月10日～3月6日の各木曜日全9回
午後7時～9時
- 場所 菅平高原スキー場日の出ゲレンデ(現地集合)
- 対象 市内在住・在勤の方
- 定員 40名(先着順)
- 持ち物 スキー用具一式
- 参加費 7000円(リフト代別)
- 応募締切 12月21日(金)までに参加費を添えて体育課またはスキーショッププレスト(Tel26・0401)へ。

問 市体育課 TEL23・6368

小学生1日スキー教室 参加者募集

- 第3日曜日の小学生リフト代無料の日にスキー教室を開催します。
- 日時 平成20年1月20日(日)
- 場所 菅平高原スキー場バインビーク・オオマツゲレンデ
- 対象 市内小学4～6年生
- 定員 80名
- 参加費 2000円(講習料、保険料、昼食代込み)
- レンタルスキー 1400円(希望される方は申し込み時にお支払いください)。
- 集合 第6リフト前駐車場
- 受付時間 午前9時20分～40分

- 申し込み 11月22日(木)～12月21日(金)までに参加費を添えて体育課または各地域教育事務所(丸子地域は丸子総合体育館)まで。

問 市体育課 TEL23・6372

上田市ビーチボール大会 参加チーム募集

- 日程 12月9日(日)
- 場所 自然運動公園総合体育館
- 参加費 1チーム10000円
- チーム数 先着70チーム
- 申し込み 11月16日(金)～26日(月)までに協会事務局へ。

問 上田市ビーチボール協会(吉池)
TEL090・1058・5861

市営住宅の入居者募集

市営住宅の入居者を次のとおり募集します。母子・父子世帯、老人世帯、障がい者世帯など一定要件を満たす世帯は、抽選回数または倍率が優遇される優先枠に申し込み込むことができます(ただし、優先枠は入居を保証するものではありません)。詳しくはお問い合わせください。

- 募集団地 12月3日(月)に公表(申込書配布も同じ)
- 受付期間 12月3日(月)～14日(金)
- 入居者決定方法 公開抽選
- 抽選 12月26日(水)市民会館2階大会議室にて。
- 申し込み 市役所住宅課、丸子・

真田・武石の各地域自治センター市民生活課まで。

問 市住宅課 TEL22・4100

(内線1547・1548)

- 丸 市民生活課 TEL42・3287
- 丸 市民生活課 TEL72・0154
- 武 市民生活課 TEL85・2827

ファミリー・サポート・センター会員募集

子育ての手助けをしてほしい方とお手伝いできる方が、登録して有償で相互援助活動を行う、会員組織による子育て支援事業です。

●募集会員 依頼会員(子育ての援助を受けた方)／市内在住または在勤のおおむね生後3か月から12歳までのお子さんの保護者、提供会員(子育ての援助ができる方)／市内在住で子どもを自宅で預かることができる方・乳幼児や児童の保育に熱意のある方、両方会員／依頼会員、提供会員の両方に該当する方

- 料金 月々金曜日の午前7時～午後7時／1時間600円(これ以外の時間と土・日・祝日の利用／1時間700円)入会金・年会費無料
- 申し込み 月々金曜日午前9時～午後4時

問 上田市ファミリー・サポート・センター TEL21・3016

<広告欄>

長野県家庭教師協会 検索

秋だけに諦めなくなるこの点数。

スーパー家庭教師におまかせ!

長野県家庭教師協会

お問い合わせは 二重丸で オールナンバーワン

0120-00-1111

http://www.katekyo.co.jp

携帯電話の場合は下記事務局の電話番号におかけください。

上田事務局
上田市中央1-6
小林ビル2F
☎(0268) 24-1515

クラーク記念国際高等学校(通信制・単位制)

夢を叶える次のステージへ 進学就職

高校からの転入学・編入学 進学・就職を強くサポート!

第4回とぎわ祭

10月27日(土)・28日(日)に第4回とぎわ祭(文化祭)が国際高等学校長野校を会場に開催されました。今年のテーマは「Boys be ambitious!」。講演会・展示発表・コンサート・バー・模擬店・後夜祭など多様な取り組みがあり大いに盛り上がりました。

入学説明会
11月15日(木) 中学対象
11月16日(金) 高校対象

■学校概要
■入試説明
■在校生による学校生活説明
■校内見学・授業見学
■個別相談
※日程が合わない場合はご相談下さい。

進学実績 信州大学工学部・富山大学理学部・帝京大学文学部・東洋大学理学部・大阪芸術大学
長野医療衛生専門学校・長野県工科短期大学校・上田女子短期大学 その他多数

国際高等学院長野校(上田市)

〒386-0027 長野県上田市常盤城2-6-4
(上田駅より徒歩15分・自転車5分)
URL: http://www.ysa-group.com
E-mail: info@ysa-group.com

☎0268-26-5515

募集

平成20年度の放課後児童クラブの利用申請を受け付けます

放課後児童クラブは昼間、保護者が仕事などで家庭にいない小学生が、放課後や学校休業日(日、祝日を除く)に家庭の代わりに生活を送るところです。様々な年齢の子どもたちが楽しく一緒に過ごし、育ちあいます。

●保育料

(上田地域)小学1～3年生/月1万円、小学4～6年生/月6,000円

(丸子地域)月5,000円(日割りあり)

(真田地域)本原ふれあいの館：小学1～3年生/月5,000円、小学4～6年生/月3,000円(日割りあり)

その他のふれあいの館：全学年/月3,000円(日割りあり)

(武石地域)小学1年生/月1万2,000円、小学2・3年生/月1万円、小学4・5年生/月8,000円、小学6年生/月5,000円

※一部減免措置あり。ほかにおやつ代、保護者会費がかかることがあります。

●申請方法 申請書に必要事項を記入し、必要書類を添付して、利用を希望する放課後児童クラブまたは各地域教育事務所へ提出してください(定員を超えた場合ご希望に添えないこともあります)。

●申請書の配布・受付期間 12月3日(月)～21日(金)(土・日を除く)

※申請書・就労証明書は上田市ホームページからもダウンロードできます。

地域	小学校区	放課後児童クラブ名	所在地	電話番号	受付時間
上田	北	学童保育所太郎の家	中央北2-9-15	24・6265	12:30～19:00
	城下	学童保育所たんぽぽ	諏訪形1276-6	25・9010	
	川辺	学童保育所バッタの家	築地750-6	25・0869	
	神科	学童保育所どんぐり	(小学校内)	26・6809	
	南	学童保育所トットの家	中之条519-4	23・8686	
丸子	丸子中央	丸子中央児童クラブ	(小学校内)	42・7014	15:00～18:00
	西内	西内児童クラブ	平井1638-1	44・2066	
	丸子北	丸子北児童クラブ	生田3531	43・0205	
	塩川	塩川児童クラブ	(塩川保育園内)	35・1015	
真田	本原	本原ふれあいの館	本原1771	72・0323	8:30～18:00
	長	長ふれあいの館	長4238-1	72・0218	13:00～18:00
	傍陽	傍陽ふれあいの館	傍陽6293	73・2140	
	菅平	菅平ふれあいの館	(小学校内)	090・5777・9480	14:00～18:00
武石	武石	学童クラブピーターパン	上武石98-2	41・4112	12:30～19:00

上田地域 学校教育課 TEL23・5101

真田地域 真田地域教育事務所 TEL72・2655

丸子地域 学校教育課 TEL42・1044

武石地域 武石地域教育事務所 TEL85・2030

<広告欄>

医療法人三折堂

宮下 医院

神経内科・内科・胃腸科

〒386-0023 長野県上田市中央西1-15-12

TEL 0268(22)4328 FAX (26)8231

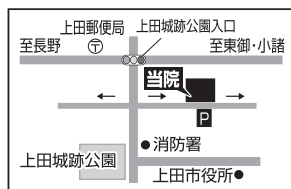
●理事長/宮下美生 消化器病専門医(日本消化器病学会認定)

●院長/宮下暢夫 神経内科専門医(日本神経学会認定)

診療時間 午前 9:00～12:00

午後 3:00～6:00

休診日 土曜午後・日曜・祝日



神経内科

※初診の方はなるべく予約をおすすめします。

頭痛・めまい・しびれ・ふるえ・歩行障害・認知症などを来す脳神経系の病気を診断し、内科的に治療する科です。

主要設備

オープン型MRI、超音波検査装置(腹部一般、頸動脈エコー)、胃・大腸内視鏡、レントゲン、筋電図検査装置等

年末調整の時期になりました

税制改正などにより、年末調整や確定申告時の注意点や新たに必要な手続きがありますのでお知らせします。

◆税制改正による変更点

「地震保険料控除」の新設に伴い、損害保険料控除は改組され、短期損害保険料控除は廃止されました。

また、定率減税が廃止されています（所得税は平成19年分から、住民税は平成19年度分から）。

◇税源移譲に伴い、平成19年分の所得税が減額されることで生じる影響

●個人住民税による住宅ローン控除（住宅借入金等特別税額控除）

税源移譲により、平成19年分以降の所得税額が減少し、所得税額から控除できるとされていた住宅ローン控除額が減少する方（平成11年から18年末までに入居した方に限る）は、お住まいの市区町村へ毎年度申告することにより、その減少する控除額を翌年度分の住民税から控除されます。これらの控除を受けるには、通常の年末調整とは別に、次の手続きが必要になります。

ます。

・手続き 平成19年分（平成20年度分住民税から控除）について

給与所得者（住宅ローン控除を年末調整で受けている方）の場合は、年末調整とは別に、平成20年3月17日までに、（平成20年1月1日現在）

お住まいの市区町村へ「住宅借入金等特別税額控除申告書（給与収入のみを有しており確定申告書を提出しない納税者用）」を、源泉徴収票とあわせて提出します。

確定申告をする方の場合には、申告時に「住宅借入金等特別税額控除申告書（確定申告書を提出する納税者用）」の申告書を所管の税務署を経由して提出します。

●税源移譲時の年度間の所得変動に係る経過措置（平成19年度分住民税のみ適用）

平成19年に所得が減って所得税がかからなくなるなど、税源移譲による所得税が減る効果を受けられない方を対象

に、平成19年度個人住民税の税額を税源移譲前の額まで減額する経過措置が設けられています。

・手続き 平成20年7月1日～31日までに平成19年1月1日現在における住所所在地の市区町村に減額申告書を提出します

※対象及び具体的な申告方法は、広報うえだ、上田市ホームページでお知らせする予定です。

☎ 税務課 TEL 23・5115



年末調整や確定申告に 国民年金保険料 控除証明書が必要です

国民年金保険料は、納付した全額が所得税・住民税などの社会保険料控除の対象となります。

年末調整や確定申告で国民年金保険料を申告する場合には、「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」の添付が必要です。11月上旬に社会保険庁から送付されますので、申告の時期まで大切に保管してください。

証明書が届いていない方または、再交付を希望する方は、控除証明専用ダイヤル（TEL0570・00・9911）をご利用ください。（11月1日～平成20年3月14日の土・日・祝日を除く午前9時～午後5時）

☎ 小諸社会保険事務所 TEL0267・22・1080

国民年金保険料控除証明書Q&A

Q1 「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」に記載されている月分以外の保険料を12月31日までの間に納付した場合は、今年分として申告できますか？

A1 今年分として申告できます。「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」に記載されている保険料額に、後から納付した保険料額を合算して申告してください。なお、後から現金で納付した場合は納めた保険料分の「領収書」も添付する必要があります。

Q2 家族の保険料を納付しましたが、控除の対象となりますか？

A2 世帯主または、配偶者としてご家族の国民年金保険料を納付した場合は、納付した方がその保険料を申告することができます。

安全・安心の街づくりをめざして

歳末特別警戒に向けて

上田・丸子警察署長に聴く



丸子警察署長
なかむら まさひで
中村 政秀さん

風林火山 街道を守る



ライボ君

笠取・大門・和田そして三才山峠を玄関に持つ丸子地域は、古くから物流と情報の大動脈「中仙道」の中間点に位置し、かの武田信玄もこの地を通過して川中島に赴いたのではないのでしょうか。

手段こそ変われ、今も昔も交通の要衝

であり、峠一つでどこへでも、そしてどこからでもという環境は、悪質犯罪や交通事故を誘発しやすいことは言うまでもありません。

しかし、近年相次

いで活動を始めた各種防犯パトロールが活発化するに従って、刑法犯の発生はやや減少傾向に転じてきており、地域の安全意識の高揚が犯罪抑止の大きな力となることを実感しているところです。

間もなく迎える年末繁忙期に向け、丸子警察署では、この街道の番人として署員総動員の体制で金融機関・コンビニ・パチンコ店などの犯罪の起こりやすい施設を対象とした特別警戒活動を強化してまいります。どうか地域の皆様におかれましても「歳末だ、気をつけよう」の気持ちをお持ちいただければと願うところです。



各学校で実施した不法侵入者撃退訓練

上田警察署長
うちやま しげたか
内山 茂孝さん



上田が一番 と言われたい

「体感治安の向上」を図るためには、不安が増幅する身近な犯罪の除去が必要です。犯罪認知件数が史上最悪を記録した平成14年から早5年、一時は20%台まで低下した検挙率は50%以上に回復しましたが、世界に冠たる治安を誇った昭和40年代にはまだ遠い状況です。

ところで、今、上田警察署管内では約60組織7,000人もの市民が地域を見守るボランティアに立上がり活動されていることに、心強い市民の躍動を感じます。

みんなで立ち上がることが、安全と安心の一体感を醸成し、地域の連帯感も育み、平成版「3丁目の夕日」につながる安全・安心の地域作りの原動力になっています。

特に上田駅前パトロールでは、あの暴走族集団を見事に壊滅させ、きれいな上田駅前の取り戻しに成功しました。より確かな体感治安の向上を目指し、上田警察署では「先手必勝」万全な体制を組み歳末警戒にあたります。

市民の皆さんに「やっぱり上田が一番」と言ってもらえるように。



年間1,000名以上が携わる上田駅前パトロール

問 生活環境課 TEL22・4140

「安全&安心」のホット・ライン(各種相談のご案内)

- ◇上田警察署
- ◇生活安全相談
- ◇法テラス
- ◇交通事故相談

TEL22・0110

TEL # 9110(プッシュ回線のみ・全国共通)

TEL050・3383・5415(各種法律、多重債務、困事相談)

TEL026・235・7175

◇丸子警察署 TEL42・0110



は、110番

マルチメディア情報センター

TEL39・1000 URL <http://www.umic.jp/>

今年こそEXCEL 3日間コース

内容◆基本から応用までを学びたい初心者向きの講座です。

日時◆12月3日(月)・10日(月)・17日(月)13:30～16:00

対象◆文字入力ができる方

料金◆3,500円(テキスト代1,050円別)

定員◆16名(要事前申し込み)

特大カレンダーを作ってみよう

内容◆写真入りの特大(A2サイズ)オリジナルカレンダーを作ります。

日時◆12月13日(木)13:30～16:00

対象◆パソコン初心者

料金◆1,500円 定員◆16名(要事前申し込み)

持ち物◆使いたい写真(データまたはプリント)

クリスマスボックスを作ろう

ペーパークラフトでクリスマス用のギフトボックスを作ってみよう。参加した子ども達にはボックスにプレゼントを入れて12月15日(土)、16日(日)のクリスマスイベントの時に渡します。

日時◆12月8日(土)・9日(日)

10:00～16:00の間、随時開催

参加費◆無料

メディアランドUEDAクリスマスイベント

「St. Media Xmas 2007～塩田へおいで メディアランドでさるとび王子を探せ!～」

日時◆12月15日(土)・16日(日)10:00～16:00

料金◆入場無料(一部有料)

内容◆みんなで作ろう!キラキラ万華鏡(ガールスカウト長野県第5団)、クリスマスカップケーキ作り(うえだこどもまつり実行委員会)、マンガ作品展示・カード販売(上田まんがクラブ)、作ってみようマイカレンダー(ドリーム)、サンタ商店2007(ACT)、作品展示と遊びと食の空間(天の会)、みんなでつくろう!ビックリコップとミニツリー☆(長野大学執行委員会)、イベントライブ中継・写真まちがい探し「さるとび王子を探せ!」・写真プリント風船作り(十勇士クラブ)、デジタルアートグランプリ表彰式

上田創造館

TEL23・1111 FAX24・4100

たに 風作り

日時◆12月1日(土)9:30～11:30

内容◆和風・洋風などを作って、長池公園で揚げてみよう。

対象◆小中学生とその保護者 定員◆先着20名
申し込み◆11月28日(水)までに電話またはFAXで。

おりがみ教室「お正月飾りを折ろう」

日時◆12月15日(土)10:00～12:00

参加費◆300円 持ち物◆作品を入れる袋

しめ縄づくり

日時◆12月15日(土)9:30～11:30

内容◆「ごぼうじめ」を作ります。

持ち物◆花ばさみ

申し込み◆12月5日(水)までに電話またはFAXで。

星空観望会

日時◆12月15日(土)19:00～21:00

内容◆秋と冬の星座、ふたご座流星群、火星などを観察します(雨天・曇天の時は中止)。

対象◆どなたでも参加可。当日、直接会場へお越しください。

第21回上小地域小中学校児童生徒作品展

日時◆12月15日(土)～平成20年1月9日(水)

9:00～17:00

内容◆絵画・書道・立体作品など、上小地域の子どもたちの作品を展示します(入場無料)。

企画展「上田地域のしごと展展」

日時◆12月14日(金)～24日(月)9:30～16:30

内容◆農家や商店で着用した仕事着などを展示します。

風展

日時◆12月24日(月)～平成20年1月10日(木)

9:00～17:00

内容◆信州上田常田風保存会及び築地風クラブなどの風を展示します(入場無料)。

こんにちはボランティアセンターです①

☎ 真田ボランティア地域活動センター TEL72・2998

私たち大福会は「もっと気楽にお茶(茶道)を楽しみたい!」ということから平成9年に発足した会です。なにかと敷居が高くなりがちなお茶をもっと身近に、そして障がいのある方々も一緒に楽しめる場を提供していこうと始めました。

主に上田市真田町の「長谷寺」を中心に地域の方と一緒にお茶会を開催し、より多くの皆さんにお茶に親しんでほしいと活動しています。

また、他のボランティアグループとの共催で障がいのある方たちと一緒に小さなお茶会も開催しています。まだまだ会としても茶道の道でも未熟な私たちですが、「一期一会」のもといろいろな方たちとの出会いを大切に、また感謝をして、これからも小さな活動をしていきたいと考えています。



お抹茶のお味は?

12月の相談コーナー



心配ごと・人権

心配ごと相談

- ▷ 毎週月～金曜日9:00～16:00/ふれあい福祉センター
問 社協(上田地区センター) TEL27・8080
- ▷ 8日(土)・18日(火)・28日(金)9:00～12:00
/丸子ふれあいステーション
問 社協(丸子地区センター) TEL42・0033
- ▷ 7日(金)9:00～12:00/真田総合福祉センター
問 社協(真田地区センター) TEL72・2998
- ▷ 10日(月)9:00～12:00/武石老人福祉センター
問 社協(武石地区センター) TEL85・2466

人権相談

- ▷ 5日(水)13:00～16:00/市民プラザ・ゆう
問 市人権男女共同参画課 TEL23・5393
- ▷ 7日(金)9:00～12:00/真田総合福祉センター
問 社協(真田地区センター) TEL72・2998
- ▷ 10日(月)9:00～12:00/武石老人福祉センター
問 社協(武石地区センター) TEL85・2466
- ▷ 毎週月・水・金曜日9:00～16:00
/長野地方法務局上田支局
問 長野地方法務局上田支局 TEL23・2001

市民相談・交通事故相談・女性相談

- ▷ 毎週月～金曜日9:00～16:00/上田市役所(本庁舎)
問 市生活環境課 TEL23・5120

女性のための相談

- ▷ 毎週火曜日11:00～18:00/市民プラザ・ゆう
- ▷ 毎週木曜日10:00～17:00/同上
- ▷ 第2・4土曜日10:00～17:00/同上
〈以上、女性相談員による相談/土曜は要予約〉
- ▷ 20日(木)10:00～12:00/市民プラザ・ゆう
〈弁護士による法律相談/要予約〉
問 市民プラザ・ゆう TEL27・3123

青少年電話相談

- ▷ 毎週月～金曜日9:00～16:00
/上田市少年育成センター
問 市生涯学習課 TEL22・8080

こころの相談(前日までに要予約)

- ▷ 12日(水)9:30～11:30/上田市役所(南庁舎)
問 市健康推進課 TEL28・7123

ひきこもり相談

- ▷ 3日(月)・17日(月)13:30～16:00
/川西社会福祉センター
問 市健康推進課 TEL28・7123

わが子の就職等相談会(要予約)

- ▷ 25日(火)13:30～16:30/勤労青少年ホーム
問 市勤労青少年ホーム TEL22・7117



若者のための仕事何でも相談(要予約)

- ▷ 27日(木)13:30～16:30/駅前ビルパレオ 6階職業相談室
問 市商工課 TEL23・5395
- 中小企業診断士による無料経営相談(要予約)
- ▷ 12日(水)18:30～20:00
/上田情報ライブラリー相談室
問 上田情報ライブラリー TEL29・0210



法律・行政

法律相談(要予約)

- ▷ 14日(金)・28日(金)13:00～16:00/上田市役所(南庁舎)
問 市生活環境課 TEL23・5120
- ▷ 19日(水)9:00～11:30/丸子地域自治センター
問 市市民生活課 TEL42・1216
- ▷ 15日(土)10:00～12:00/ふれあい福祉センター
問 社協(上田地区センター) TEL27・8080
- ▷ 19日(水)10:30～12:00/上田商工会議所
問 商工会議所 TEL22・4500

行政相談

- ▷ 11日(火)10:00～15:00/福祉会館 2階和室
問 市生活環境課 TEL23・5120
- ▷ 19日(水)9:00～11:30/丸子地域自治センター
問 市市民生活課 TEL42・1216
- ▷ 7日(金)9:00～12:00/真田総合福祉センター
問 社協(真田地区センター) TEL72・2998

土地建物・不動産鑑定相談

- ▷ 13日(木)13:00～16:00/上田市役所(南庁舎)
問 市生活環境課 TEL23・5120

登記法律相談(要予約)

- ▷ 19日(水)9:00～11:30/丸子地域自治センター
問 市市民生活課 TEL42・1216



育児・福祉

母子・児童相談

- ▷ 毎週月～金曜日9:00～16:00
/上田市役所(やぐら下庁舎)
問 市子育て・子育て支援課 TEL23・2000

児童生徒の教育相談

- ▷ 毎週月～金曜日9:00～16:00/教育相談所
問 教育相談所 TEL27・0241

介護なんでも相談

- ▷ 20日(木)9:00～17:00/上田市役所(南庁舎)
問 市高齢者介護課 TEL23・5140

もの忘れ・認知症相談

- ▷ 4日(火)13:10～17:00/上田市役所(南庁舎)
- ▷ 12日(水)13:10～17:00/丸子ふれあいステーション
問 市高齢者介護課 TEL23・5140

欲しいもの、ゆずりたいものがあればエコ・ハウス(上田クリーンセンター敷地内)までお問い合わせください。
(10月20日現在の登録状況) 問 エコ・ハウス TEL23・5144(受付時間 平日午前10時～午後4時)

●ゆずります

歩行器/掃除機/子ども用自転車/木製シングルベッド/二段ベッドの下段/ソファベッド/パソコンデスク/ロッキングチェア/籐椅子/ジャポニカ百科事典スチール製棚付/マッサージチェア/世界童話全集20冊/世界少年少女文学全集20冊/昭和文学全集10冊/現代長編小説2冊/木綿の赤綿/ゴルフセット

●ゆずってください

カセットウォークマン/電気カーペット3畳用/ベビーカー/チャイルドシート/男児用服100cm/3・4歳児用教材/テレビ/自転車(大人用・子ども用)/原付バイク/二段ベッド/整理タンス/マレット用スティック/歩行マシン/かや6畳用/エアロバイク/カラオケセット/人台/クラシックレコード/古布(ちりめん、どろ大島)/犬用サークル(小・中型)/ドラムセット/古毛布

ウィークエンドリサイクル

時間 午前10～12時

12/1 ツルヤ上田山口店・マツヤ上田川西店

12/15 やおふく古里店・Aコープコア塩田店

12/8 西友秋和店・西友三好町店

12/22 西友上田東店・しおだ野SPセンター

不用品交換情報

丸子保健センターの続き

●受付時間 10:00～10:30

健康相談	実施日	対象者
7か月児健康相談	12月11日(火)	平成19年5・6月生

◇予防接種◇

●受付時間 13:00～13:30 ●持ち物 母子健康手帳、予診票

種別	実施日	対象者
BCG	12月5日(水)	平成19年8月生

◆真田保健センター(真田地域にお住まいの方)

TEL72・9007

◇乳幼児健診・教室・相談◇

●受付時間 13:15～13:40 お誕生相談／9:00～9:30

●持ち物 バスタオル、母子健康手帳、赤ちゃん手帳の間診票

健康診査	実施日	対象者
乳児整形外科健診 離乳食教室	12月5日(水)	平成19年7月生
4か月児健診	12月21日(金)	平成19年8月生
7か月児相談	12月21日(金)	平成19年5月生
10か月児健診	12月21日(金)	平成19年2月生
お誕生相談	12月18日(火)	平成18年10～12月生



◇予防接種◇ 12月は、真田保健センターで行われる集団予防接種はありません。

◆武石健康センター(武石地域にお住まいの方)

TEL85・2067

◇乳幼児健診・教室・相談◇

●受付時間 10:00～10:10 ●持ち物 母子健康手帳

教室名	実施日	対象者
離乳食教室・後期	12月5日(水)	平成18年12月～19年2月生

※詳しいことは年間予定表をご覧ください。

◇予防接種◇

●受付時間 13:00～13:15 ●持ち物 母子健康手帳・予防接種予診票

種別	実施日	対象者
BCG	12月6日(木)	平成19年7月12日～9月6日生
ポリオ	12月6日(木)	平成18年11月～19年4月生、生後3か月後～7歳半未満の未接種児

15歳以下のお子さんの夜間の急な病気に 小児初期救急センターをご利用ください

☎健康推進課 TEL28・7124

小児の内科的初期治療を行います。
受診する前には、必ず電話で症状を伝えてください(Tel21・2233)。

外傷や激しい症状の場合は救急車を要請してください。また、経過観察中の慢性疾患はかかりつけ医を受診してください。

●開設日 月曜～土曜日

●開設時間 診療／午後8時～11時

電話相談／午後7時～11時

●休診日 8月14日～16日、12月30日～1月3日

●場所 長野病院敷地内(正面入口を入ってすぐ左の建物)

上田市小児初期救急センターの特徴

【協力医師】

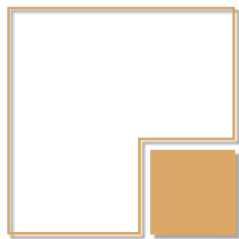
上田市医師会・小県医師会・信州大学医学部・その他医師会に所属する医師(計62名)が交代で診療。また、耳鼻咽喉科医師(計4名)は各自の診療所に交代で待機しています。

【2次救急医療の緊密な連携体制】

ここでは対応できない患者と判断した場合は、隣接する国立病院機構長野病院に紹介して対応いただきます。

【かかりつけ薬局による夜間の調剤協力】

院外処方薬の夜間調剤は上田薬剤師会の協力により、かかりつけ薬局が担当しますので、薬暦との比較が可能となり安全性と利便性が確保されます。かかりつけ薬局がない場合は当番薬局などが対応します。



12月の乳幼児 健康診査 予防接種

◆上田地域保健センター（上田地域にお住まいの方）

TEL23・8244

◇乳幼児健診・教室・相談◇

●受付時間 乳幼児健診／12:30～13:45（開始時刻13:00～）

2歳児歯科健診（旧2歳児教室）／12:30～13:15（開始時刻13:15～）

●持ち物 母子健康手帳、健康診査票ほか、詳しくは赤ちゃん手帳または平成19年度版保健ごよみをご覧ください。

健康診査	実施日	対象者
4か月児健診	12月13日(木)	平成19年7月16日～31日生
	12月20日(木)	平成19年8月1日～15日生
1歳6か月児健診	12月5日(水)	平成18年5月16日～31日生
	12月19日(水)	平成18年6月1日～15日生
2歳児歯科健診 （旧2歳児教室）	12月4日(火)	平成17年9月1日～15日生
	12月17日(月)	平成17年9月16日～30日生
3歳児健診	12月6日(木)	平成16年11月1日～15日生
	12月21日(金)	平成16年11月16日～30日生

川西社会福祉センター（上田地域の塩田・川西地区にお住まいの方）

4か月児健診	12月18日(火)	平成19年7月16日～8月15日生 川辺・泉田地区の方も対象です
2歳児歯科健診 （旧2歳児教室）	12月14日(金)	平成17年9月1日～10月31日生
3歳児健診	12月7日(金)	平成16年10月1日～11月30日生

塩田・川西地区の1歳6か月児健診（対象者：平成18年5月16日～8月15日生）は平成20年1月に実施します。

市内委託医療機関

個別10か月児健診	12月受診／完全予約制	平成19年1月16日～2月15日生
-----------	-------------	-------------------

※もぐもぐ教室（7か月ごろの離乳食教室）、歯がはえたら教室（赤ちゃんの歯のケアについて、対象：お子さんの歯が4本はえたらころの親子）も、毎月実施しています。詳しくは、平成19年度版保健ごよみをご覧ください。

◇予防接種◇

●受付時間 13:30～14:10 ●持ち物 母子手帳、予診票、体温計

種別	実施日	会場	対象者
BCG	12月12日(水)	中央公民館	・平成19年8月生 ・生後3～6か月未満の未接種児
	12月19日(水)	川辺町会館	

◆丸子保健センター（丸子地域にお住まいの方）

TEL42・1117

◇乳幼児健診・教室・相談◇

●受付時間 4か月、10か月、1歳6か月児健診／13:00～13:15、2歳児歯科健診／13:00～13:30

●持ち物 母子健康手帳、赤ちゃん手帳の「おたずね」（記入して）、1歳6か月児と2歳児は歯ブラシ

健康診査	実施日	対象者
4か月児健診	12月7日(金)	平成19年7月5日～8月7日生
10か月児健診	12月21日(金)	平成19年2月生
1歳6か月児健診	12月14日(金)	平成18年5月24日～6月30日生
2歳児歯科健診	12月18日(火)	平成17年11・12月生



12

月の行事予定

EVENTNAVI

期日	行事名	問い合わせ先
	上田駅前イルミネーション点灯式	管理課 TEL23・5129
1日土	凧作り	上田創造館 TEL23・1111
	上田演劇塾10周年記念公演(・2日・22日)	NPO法人上田演劇塾 TEL26・7300
2日日	丸子地域消費生活展	市民生活課 TEL42・1216
3日月	孫育て応援講座(・4日)	With・mom TEL090・3390・6094
	ふれあい・人権の集い2007	社会教育課 TEL42・6682
8日土	丸子解放センターまつり	丸子解放センター TEL42・6694
	程農化リサイクル「二胡の夕べ」	池波正太郎真田太平記念館 TEL28・7100
9日日	名監督が撮った上田を歩く (冬のロケ地ツアー)	幻灯舎 TEL21・7280
	上田市ビーチバレーボール大会	上田市ビーチバレーボール協会 TEL090・1058・5861
12日水	ふれあいさなだ館のイベント	真田温泉ふれあいさなだ館 TEL72・2500
14日金	企画展「上田地域のしごと着展」(～24日)	上田創造館 TEL23・1111
	メディアランドUEDA クリスマスイベント(・16日)	マルチメディア情報センター TEL39・1000
15日土	上田市民の森スケート場オープン	市民の森スケート場 TEL27・9396
	お正月飾りを折ろう・しめ縄づくり	上田創造館 TEL23・1111
	第21回上小地域小中学生児童生徒作品展 (～1月9日)	上田創造館 TEL23・1111
22日土	第9回バリアフリーコンサート	事務局・滝塚 TEL24・7224
23日日	室賀温泉ささらの湯もちつき体験 しめ縄作り講習会	室賀温泉ささらの湯 TEL31・1126
24日月	凧展(～1月10日)	上田創造館 TEL23・1111

CONTENTS

主な内容

- 1 ふれあい・人権の集い2007 ほか
- 2 情報あ・ら・かると (お知らせ)
- 4 (催し)
- 6 (講座・教室)
- 7 (募集)
- 10 年末調整、国民年金保険料控除証明
- 11 歳末特別警戒
- 12 各施設イベント紹介
ボランティアセンター
- 13 12月の相談コーナー
不用品交換情報
- 14 12月の乳幼児健康診査・予防接種
- 16 イベント・ナビ



上田市
携帯サイト