

平成19年度 「元気な地域づくり 支援事業」募集

上田・武石
地域対象

問 市 まちづくり協働課 TEL22・4100(内線1703) 区 地域振興課 TEL85・2824

市民の皆さんの「地域をもっとよくしよう」「住みよい地域にしよう」という思いから、自らの熱意と創意工夫による地域づくりの取り組みが広がっています。

市では、こうした機運の高まりを背景に、市民の方が新たに取り組む地域づくり活動を応援します。次の補助要項を参照のうえ、ふるってご応募ください。

●補助対象となる活動事例

(計画の策定も含む)

- ①地域固有の文化、伝統、産業などを生かした地域づくり
- ②中心市街地に活気を取り戻すための地域づくり
- ③地域資源を掘り起こすための地域づくり
- ④暮らしやすい社会を実現するための地域づくり
- ⑤その他魅力ある地域づくりを推進するための地域づくり

●事業対象区域

事業の対象区域は、旧上田市、旧武石村地域で、原則として複数自治会の区域程度の広がり有すること。

※真田地域の皆さんは「特色ある地域づくり事業」をご活用ください。

●補助対象経費

活動に必要な経費。ただし、飲食代や構成員の人件費などを除く。

●補助対象団体

5人以上で構成される市民団体やグループで、市から他の補助金や財政上の支援を受けていない団体。

●補助率

- ・補助対象経費の10分の6以内。
- ・「話し合いなどにより地域づくりの計画を策定する場合」は10万円が補助金の上限。
- ・「計画に基づいて活動を実践する場合」は100万円が補助金の上限。

●補助事業の決定

審査委員会でヒアリングを行い補助する事業を決定します。

●応募締切 5月18日(金)

- ・ご希望の団体は、早めにお問い合わせください。
- ・申請書は、市役所まちづくり協働課窓口、武石地域自治センター地域振興課窓口及び上田市ホームページにあります。

あなたの思いをカタチに 丸子地域住民提案型事業を募集

丸子
地域対象

問 区 地域振興課 TEL42・1011

丸子地域の皆さんの自主的で主体的な活動に助成します。

●対象事業(補助率)

- ①企画・研究部門(補助率10分の10以内/上限10万円)▷住民自らが実施するまちづくり事業に関する調査、勉強会の開催、計画づくりなど。
- ②実践活動部門(補助率10分の8以内/上限30万円)▷まちづくりに熱意やアイデアを持つ住民が自主的に企画し実践する活動。

●補助事業の決定

審査委員会が行う公開ヒアリングにより、交付事業の採択や補助率を決定します。

●応募方法

丸子地域自治センター地域振興課の窓口へ直接申請してください。申込書は丸子地域自治センター、丸子ふれあいステーション、丸子文化会館、長瀬市民センターの各窓口及び上田市ホームページ(丸子地域自治センターの情報ページ)にあります。

●応募締切 5月18日(金)

4月16日(月)から、 上田⇄松本のバス接続が 便利に！お得に！になりました！

問 千曲バス(株)上田営業所 TEL22・2363 松本電鉄(株) TEL0263・28・3111 市地域交通政策課 TEL22・4100(内線1509)

■ダイヤ改正日

4月16日(月)(千曲バスは4月1日(日)から、
松電バスは4月16日(月)から変更となります)。

■接続が改善されたバスの運行時刻

(1) 上田駅発⇒鹿教湯温泉(乗継)⇒松本バスターミナル行

千曲バス		松電バス	
上田駅発	鹿教湯温泉着	鹿教湯温泉発	松本バス ターミナル着
8:42	9:48	10:07	10:55
10:00※	10:44	11:04	12:00
11:12	12:18	12:37	13:25
14:20※	15:04	15:22	16:10
16:27	17:33	17:54	18:50

(2) 松本バスターミナル発⇒鹿教湯温泉(乗継)⇒上田駅行

松電バス		千曲バス	
松本バス ターミナル着	鹿教湯温泉着	鹿教湯温泉発	上田駅着
8:35	9:25	9:31※	10:15
9:50	10:48	11:01	11:45
11:30	12:20	12:31	13:36
14:15	15:05	15:21※	16:05
16:40	17:38	17:46	18:51

※印は平井寺トンネル経由

■乗継運賃

上田⇄松本2,000円(従前は2,430円)、下之郷駅⇄松本1,500円(従前1,960円)。車内及び千曲バス営業所で直通きっぷを販売します。

■バス停の名称変更

今回のダイヤ改正に併わせ、バス停の名称と位置が統一されます。

・鹿教湯温泉駅 ⇒鹿教湯温泉

上田市と松本市を結ぶ路線バスは、現在、鹿教湯温泉での乗り換えにより、千曲バス(株)(上田駅⇄鹿教湯温泉)、松本電気鉄道(株)(松本バスターミナル⇄鹿教湯温泉)それぞれが運行していますが、合併により隣接した上田市と松本市相互の交流促進を図るため、4月16日(月)から両社の路線バスの乗継接続を改善し、新たに乗継運賃割引も実施されることになりました。ご利用ください。

うえだ新発見



～上田(千曲川右岸)・
真田地域編～

- 日時 5月19日(土)午前8時30分～午後4時ごろ
- コース 「ローマンうえだ」見学→「稲倉の棚田」ウォーキング→市民の森馬術場乗馬体験→「ゆきむら夢工房」にて昼食(そばすいとん、おやき)→「真田氏本城跡」見学→「ふれあいさなだ館」見学→「信綱寺・古城緑地広場」見学→「ゆとりの里食彩館」見学
- 集合場所 上田城跡公園体育館前駐車場
- 定員 25名(応募者多数の場合、抽選)
- 参加費 700円(昼食代)
- 申し込み 郵送またはFAXで①氏名②住所③電話番号を記入し、5月2日(水)までに〒386-8601(住所不要、上田市秘書課内「うえだぐるっと探検」係/FAX23・5111)へ(必着)

問 市秘書課「うえだぐるっと探検」係 TEL22・3435

第25回上田真田まつり おまつり広場

●開催日時 4月29日(日・昭和の日)午前9時30分～午後3時
●開催場所 陸上競技場・中央商店街・上田駅お城口

- 9:30 ◎お振る舞い
・忍者鍋
・オープニング太鼓
- 10:30 ◎オープニング
・ごあいさつ ・常田獅子
・音楽隊 ・真田鉄砲隊演武
- 12:10 ◎真田軍出陣の儀
・出陣のろし
・出陣三献の儀 戦況報告
・出陣合図 行列出陣 12:20～

陸上競技場

櫓門

真田御輿
11:30～

騎馬隊
幸隆隊 →
昌幸隊 →
幸村隊 →
徳川隊
音楽隊
民謡
かっぽれ
プラスバンド

はなよし○

ふれあい福祉センター○

長野銀行○

原町

隆

幸

松尾町

交通規制

11:00～15:00

11:00～15:00

御輿・音楽隊・行列通行時のみ
(二中交差点～市役所交差点)

使用不可8:00～15:00
(送迎用駐車場)

◆民謡 11:45～
◆かっぽれ 12:35～
◆プラスバンド 11:00～11:45
14:00～14:30

○池波正太郎
真田太平記館

14:00
14:50

◎上田城攻防戦

・決闘劇 真田軍 VS 徳川軍
・玉入れ合戦

◎上田城三の丸帰陣の儀

・かちどき ・祝杯

○海野町会館

昌

常田獅子

海野町

◆民謡 11:45～
◆かっぽれ 12:35～
◆プラスバンド 11:00～11:45
14:00～14:30
◆常田獅子 14:00～14:30

11:00
15:00

商店街イベント

中央通商店街・海野町商店街
松尾町商店街・天神商店街

10:00
14:30

◎上田真田楽市楽座

・手作り城下町

◎まつり案内所

◎特設ステージ

・保野獅子

・民謡、かっぽれ、太鼓ほか

パレオ○

天神町

上田駅お城口

問 上田商工会議所 TEL22・4500

～「マタニティマーク」ご存知ですか～

問 市健康推進課
TEL23・8244



4月から母子健康手帳発行時に
ご希望の方に携帯用「マタニティ
マーク」を配布していますのでご利
用ください。

公共の場や交通機関などでこの
「マーク」を携帯している方を見か
けたら、席を譲る、禁煙などの配
慮をいただきますようご協力をお
願います。

厚生労働省では、妊産婦にやさ
しい環境づくりを推進するため「マ
タニティマーク」を妊婦が身につけ
ることで、特に外見からはわかり
にくく、流産を起こしやすい大切
な妊娠初期の妊婦に対し、周囲の
理解が得られるようにしました。
上田市も安心・安全に子どもを産
み育てることが出来る環境づくり
を目指します。



三世代ファミリースポーツ大会

上田市福寿クラブ 連合会

☎ 上田市福寿クラブ連合会事務局
TEL23・2387

上田市福寿クラブ連合会は現在72の単位クラブ、総勢4,900名余りの会員が数多くの活動を行なっています。一例として、シルバースポーツ教室や男性料理教室の開催、各種スポーツ大会、寝たきりの方を対象とした友愛訪問など様々な活動を行っています。また、今後の予定として「お茶のみサロン」の開催など、地域の高齢者の方たちが楽しく参加していただけるような企画も考えています。福寿クラブに入って新たな仲間づくりができて良かった、今まで以上に外に出る機会が増えて良かったなど様々な意見が聞かれます。新たな仲間づくりや活動に興味がある方はぜひ参加してませんか。

上田市

高齢者クラブ連合会 4月1日スタート！



シルバースポーツ大会

丸子地域老人クラブ 連合会

☎ 丸子地域老人クラブ連合会事務局
TEL42・5122

丸子老人クラブの平成18年度の会員は34単位クラブ、2,201名です。主な年間行事は、健康と福祉の祭典「いきいきフェスティバル」、老連主催の「シルバースポーツ大会」、他市町村との交流会、研修旅行など。そのほか、一番運動の不足する時期に行う冬期スポーツ交流会を開催するなど、一年を通していろいろな活動をしています。会長を中心に理事会、役員さんもみんな、お互い協力し合い会を運営しています。



フラワーロードの手入れ

武石老人クラブ 連合会

問 武石老人クラブ連合会事務局
TEL85・2214

皆さんはじめまして、武石老人クラブ連合会です。
現在16地区、861名の会員で、春と秋にはフラワー
ロードの草木の手入れ、夏はマレットゴルフ大会、秋
は敬老会とゲートボール大会、冬には保育園児との交
流でおもちつき、役員研修と一年を通して活動をして
います。また、ボランティア活動として、女性部が施
設の洗濯物たたみも行っています。

未加入の皆さん、奉仕活動やスポーツなどで一緒に
汗をかきませんか!?

上田市福寿クラブ連合
会・丸子地域老人クラブ連
合会・真田町長寿会・武石
老人クラブ連合会(以下「地
域高齢者クラブ」)は2月22
日、発足準備委員立会いの
もと「上田市高齢者クラブ
連合会設立調印式」を開催
し、4老連の統括的な団体
として新たに上田市高齢者
クラブ連合会を設立しまし
た。

これにより会員数は1万
人を超える団体となり、地
域高齢者クラブの育成・指
導、高齢者の健康保持と生
きがいある長寿社会の形
成、他の高齢者クラブ連合
会との連絡及び協調などを
行っていく予定です。4月下旬
には第1回目の理事会を開
催して新役員を選考し、6
月以降に設立記念大会を開
催する予定です。

今後も地域の皆さんと協
力しながら様々な活動に参
加し、今まで以上に連携を
深めて行きたいと思いま
す。また、地域高齢者クラ
ブでは、様々な活動を通し
て会員を随時募集していま
す。興味のある高齢者の方
はご連絡ください。

真田町長寿会

問 真田町長寿会事務局
TEL72・2998



高齢者体育祭

真田町長寿会は現在32クラブ、会員数2,260名で活
動しています。長寿会では健康活動として、マレット
ゴルフ大会やゲートボール大会を開催するほか、小学
生に昔の遊びや物づくりを教えて世代間の交流を図っ
たり、寝たきり老人や施設通所者の話し相手になっ
たりするボランティア活動も実施しています。

そのほか、神社やバス停の清掃、花壇の管理、各地
区の公民館事業などにも積極的に参加しており、本原
地区では昨年度から「はらっこ見守り隊」を結成し、小
学生の登下校時に地域の子ども見守りパトロール隊と
して活動しています。

皆さんもぜひ、会員としてご参加ください。

お知らせ

Information
A La Carte

「宝くじ助成」で 四阿を設置しました

別所温泉西大湯地区会は、地域の美化、景観形成などに積極的に取り組んでいます。この間、北向観音付近の荒れた里山を整備し「大湯公園」を完成させ、県道沿いに「ホテルの里・ビオトープ」として花壇と遊歩道を整備しました。

今年3月に完成した四阿は、あずまや財長野県市町村振興協会のコミュニティ助成事業によるもので、今後、地元ボランティアの活動の拠点となることが期待されます。



依田窪病院は 4月から全面禁煙

依田窪病院は、4月1日から病院施設内（院内及び駐車場も含む）が「全面禁煙」になりました。病院は皆さんの健康を守るための施設です。施設の機能上、ご来院される方々のご理解とご協力をお願いします。

☎ 依田窪病院 TEL 68・2036

日本脳炎予防接種 希望者のみに実施

上田市では、平成17年5月30日よりすべての日本脳炎予防接種を一時中止していました。

平成19年4月以降は、日本脳炎予防接種で用いる現行ワクチンの特徴や効果、副反応の危険性などについて十分理解され、接種を強く希望される場合のみ、定期の予防接種（公費負担）として実施します。現行の日本脳炎ワクチンの接種勧奨はしませんが、接種を希望される方は次の要領で接種してください。

●対象の予防接種 日本脳炎第1期・第2期

●対象者 第1期／3歳以上7歳6か月未満の方
第2期／小学4～6年生（9歳以上13歳未満）

●実施期間 4月1日（日）から接種勧奨が再開されるまで

●場所 市内個別接種委託医療機関

（事前に電話で予約してください）
●費用 無料（ただし、同意書に署名された場合のみ）

●持ち物 住所・年齢のわかるもの、母子手帳、問診票（医療機関にもあります）、体温計

※実施医療機関についてはホームページをご覧ください。健康推進課までお問い合わせください。

☎ 市健康推進課 TEL 28・7123

収納管理センターを 設置しました

平成19年度から、国へ納める税金の所得税から地方公共団体へ納める税金の市県民税へ、総額で3兆円の税源移譲が行われました。これは、所得税が減額となり市県民税が増額となるもので、個人が納める税金の総額は基本的に変化がありません。上田市ではこの税源移譲で増額となる額を15億4000万円と予測していますが、せっかく市に移譲された税財源も、納めていただけなければ市で行う公共事業などの財源として使えません。

この4月、上田市では市税、料金などの未収金対策強化を図るため、滞納処分のノウハウをもつ収納管理センターを設置し、全庁的に統一的に対策を講じるとともに、市税や国民健康保険税のほか、担当課で必要と判断した介護保険料、保育料の滞納者に対しても、収納管理センター

お知らせ

ゴールデンウィークのごみ収集及び クリーンセンターへの受け入れ

●次のとおりご協力ください。

月 日	ごみ 収 集	上田クリーンセンター 受け入れ
4月30日(月)～ 5月4日(金)	通常どおり収集	通常どおり受け入れ
5月5日(土)、 6日(日)	休 み	休 み

☎ 市廃棄物対策課 TEL 22・0666

に引継ぎ、専門的に財産調査、差押え、公売など滞納処分を実施します。また、納付書を持参した方の次の納付金を収納管理センターの窓口でも受け取ります。金融機関の営業時間外などにご利用ください。

- (1) 市税
 - (2) 国民健康保険税
 - (3) 介護保険料
 - (4) 保育料
 - (5) 住宅使用料
 - (6) 同和地区住宅新築資金等貸付金
 - (7) 水道料金
 - (8) 下水道使用料
 - (9) 下水道事業分担金・負担金
- 市税、料金などは便利で確実な口座振替をお勧めします。納付書で納

付される方も、お近くの金融機関での期限内納付にご協力ください。

救急医療を受けるために まずはがかりつけ医へ

休日や夜間に自力で受診可能な比較的小児科の場合は、まずはがかりつけの医療機関や、近所の医療機関(第1次救急)、休日当番医へ診察をお願いしてください。その後、さらに治療を必要とする場合に、かかりつけの医療機関などから病院群輪番病院(第2次救急)へ依頼し、搬送、治療する仕組みになっています(かかりつけの医療機関や休日当番医が輪番病院の当番になっていることもあります)。

上田地域広域連合では、圏域内の10病院の協力を得て、地域の皆さんが休日や夜間に緊急の手術、入院治療を必要とするケガや病気などをした時に、安心して救急医療を受けられるように、年間を通して輪番により交替でその体制を整えています。重い病気を引き受ける第2次救急病院へ軽い病気の方が直接受診することが増えると、2次病院での重症の方への治療に支障が出てきます。

なお、自力による受診が困難な重症の場合など、緊急の場合は消防署(119番)へ連絡してください。輪番制当番病院へ搬送し診療となります。また、さらに重症でより高度な

治療を必要とする場合は、救命救急センター(第3次救急)の佐久総合病院などへ搬送し、治療することになります。

問 上田地域広域連合 介護障害審査課 TEL 43・8813

市の財源を支える 法人市民税の申告・納付

市内に新たに法人等を設立した場合には、市へ名称や代表者、事務所・事業所または寮等の所在などについて申告が必要です。

法人や社団などの市民税の納税義務者は、①市内に事務所または事業所を有する法人②市内に寮等を有する法人でその市内に事務所または事業所を有しないもの③市内に事務所、事業所または寮等を有する法人でない社団または財団で代表者または管理人の定めのあるもの(収益事業を行うものを除く)です。

①に掲げる法人に対しては、均等割と法人税割が課税され、②及び③に掲げる法人等に対しては均等割だけが課税されます。

市は、現在策定中の総合計画に基づいて各種施策を進めていきますが、高度化・多様化する住民のニーズに対応し、より充実した住民福祉の向上や社会基盤整備の実現のため、安定した財源の確保を図ることが求められています。このため、個人に比べ社会通念上相応の

公益を受けている法人等に対しては、標準税率より高い税率で課税していますが、市の財政を支える重要な財源を負担していただいていますので、引き続きご理解とご協力をお願いします。

問 市 税務課 TEL 23・5169

恩給欠格者などの方へ 特別慰労品を贈呈

旧軍人などで恩給を受けていない恩給欠格者、戦後旧ソ連やモンゴルに強制抑留された方、終戦に伴い本邦以外の地域から引揚げられて来られた方(「本人」)に、内閣総理大臣名の「特別慰労品」を贈呈しています。過去に、内閣総理大臣の書状などを受けた方や書状などの請求をしなかった方も対象となります。請求書は、福祉課、各地域自治センター健康福祉課窓口に置いてあります。

● 請求期限 平成21年3月31日

問 独立行政法人 平和祈念事業特別基金
TEL 0120・2344・933

催し

親子ふれあい広場(前期)

Information La Carte

● 日時 5月2日(水)から10回

午前10時～正午

● 場所 中央公民館3階大会議室

● 内容 親子の交流と軽い運動・季節にあった遊び。保険料10回分300円(当日受付)

● 定員 なし

※駐車場は、旧一中跡地、総合駐車場をご利用ください。

問 中央公民館 TEL 22・0760

上小スポーツレクリエーション祭'07 百体観音ふれあい ウォーク参加者募集

(春の部)

東御市80番観音スタート、50番観音スタートの2コースを歩くウォーキングイベントです。

● 日時 5月20日(日)午前8時30分～

● 場所 東御市中央公園芝生広場

● 対象 上田東御小県地域在住・在勤の方

● 参加費 無料

● 定員 先着350名

● 申し込み 氏名、年齢、住所、連絡先、希望のコースを電話またはFAXで、上田教育事務所生涯学習課または、上田市教育委員会体育課、各地域教育事務所(体育担当)へ。

問 実行委員会事務局(上田教育事務所生涯学習課内)
TEL 25・7176
FAX 25・7178
TEL 23・6372
FAX 23・6368

市 体育課

催し 前ページの続き

「上田のすてき賞」 受賞対象写真展

第3回「上田のすてき賞」受賞対象となった、上田らしいすてきな文化や歴史の香る景観・住宅などの写真展を開催しています。第1・2回目の受賞物件も展示してありますので、どうぞお越しください。

●日時 4月30日(祝)までの午前11時

～午後6時(木曜日定休)

●場所 キネマギャラリー 幻灯舎
(松尾町/中央1-3-1)

●入場料 無料

●問 上田のすてき会(田島)

TEL 27・6893

幻灯舎 TEL 21・7280



地元音楽愛好家弦楽器 奏者らによるコンサート

●日時 4月21日(土)午後1時30分

●場所 上田情報ライブラリーこと

ばの繭ホール

●内容 G線上のアリア、ハンガリー
舞曲第5番ほか

●定員 70名

●チケット代 500円(高校生以上)
●申し込み 上田情報ライブラリー
●問 上田情報ライブラリー
TEL 29・0210

第56回総合美術展 作品募集と開催のお知らせ

●日時 作品受付/5月8日(火)午前
9時～12時、展示/5月10日(木)～
13日(日)午前9時～午後5時
(最終日は午後4時まで)

●場所 上田市文化センター
●内容 上田市民または上田市の美術団体に所属している方ならだれでも出品できる美術展です。出品要項などは上田市中央公民館ホームページの「中央公民館だより最新号」をご覧ください。http://www.city.ueda.nagano.jp/hp/ht/komink/chuok/index.html
●出品料 1作品/1000円
●観覧 無料
●問 上田市総合美術展運営委員会

催し

特別講座人間イキチカラシリーズ② 筑紫哲也氏講演会「教育・共育・多事争論 in サムガク」

●日時 5月4日(金)午後2時開演(1時開場)

●場所 丸子文化会館セレスホール

●入場料 ◆前売り (会員) 1,000円 (一般) 1,500円
◆当日 2,000円(前売りが完売した場合は販売しません)
◆小学生未満無料

全席自由席

●チケット販売所 侍学園、平安堂(長野店・上田しおだ野店・上田店・大阪屋あさま店)インターネット購入/ <http://www.samugaku.com> (なお、電話やメールでの予約受付は一切行いませんのでご了承ください)。
※駐車場に限りがあります。なるべく公共交通機関をご利用ください。

●問 NPO法人
侍学園スクオーラ・今人
TEL 38・0063

NPO法人 侍学園スクオーラ・今人
特別講座 人間イキチカラシリーズ②
筑紫哲也氏 講演会
「教育・共育・多事争論 in サムガク」



自分の中に
スローとファストがあっていい。
緩急自在に生きることが大切です。
筑紫哲也

<広告欄>



紙ごみも今やゴミではありません。
事業系紙ごみもリサイクル
機密書類・オフィス古紙・ミックスペーパー
資源回収、鉄・非鉄金属、産業廃棄物、一般廃棄物



一般のご家庭からの不用品も受入れしています。

ごみのことならお電話ください



小柳産業株式会社

材木町 2-12-10
東内 1472

TEL.22-5353
TEL.43-0053

(中央公民館内)
TEL 22・0760

第27回春季上田市民 ゴルフ大会参加者募集

●期日 5月27日(日)雨天決行

●会場 菅平高原カントリー倶楽部

●対象 上田市民または市内在勤の一般男女

●参加費 2500円(プレー代は別途)

●プレー代 セルフプレー/1万円(カート・食料・食料、キャディ付/1万3100円(カート・食料・食料))

●部門 ①一般の部(59歳以下)②シニアの部(60歳～69歳まで)③グラウンドシニア(70歳以上)・レディースの部

※年齢は当日の満年齢となります。

●定員 180名(45組)

●申込期間 4月16日(月)～5月11日(金)

●申し込み 申込書に必要事項を記入し、参加料を添えて体育課または丸子総合体育館、真田・武石地域教育事務所まで。できるだけ4人1組でお申し込みください。

なお、申し込みは先着順とし、定員になり次第締め切りとさせていただきます。

問 市体育課

TEL 23・6372

上田市ゴルフ協会事務局(山崎)

TEL 24・1502

丸子金子図書館 おはなし会

「丸子北小PTA文庫」の皆さんによる、楽しいお話の世界をご一緒にどうぞ!

●日時 4月21日(土)午前10時

●場所 丸子金子図書館 2階

●内容 絵本の読み聞かせ

問 丸子金子図書館

TEL 42・2414

制度

身体障害者の方に住宅 改修の一部を補助します

浴室、台所、洗面所、玄関、階段などの整備で障害者の方が常時使用するものに限ります。

●対象 ①～③すべてに該当する方

①市内在住で、下肢・体幹・視覚・腎臓などの機能障害で身体障害者手帳1～3級の認定を受けている65歳未満の方

②前年の所得税額が15万円以下の世帯に属する方

③市税等に滞納がない方

●補助限度額 最高90万円

●締め切り 6月1日(金)。用意していただく書類がありますので事前に福祉課にご相談ください。

問 市福祉課

TEL 23・5130

丸 健康福祉課 TEL 42・1118

問 健康福祉課 TEL 72・2203
丸 健康福祉課 TEL 85・2067

年金保険料は 前納がお得です

国民年金保険料には、まとめて納めると割引される前納制度があり、現金で1年前納と半年前納をした場合の割引額は表のとおりです。4月上旬に社会保険庁(社会保険事務所)から送られた「国民年金保険料納付書」に添付の1年、半年前納の納付書で、お近くの金融機関やコンビニなどで納めてください。また、毎月の口座振替をご利用の方で、今年度は前納を希望する場合や年度途中で前納を希望する場合は、小諸社会保険事務所までお問い合わせください。

◆1年前納と半年前納の割引額

1年前納の場合 (5/1 納付期限)	
毎月納付の場合	169,200 円
1年前納の場合	166,200 円
(割引額 3,000 円)	
半年前納の場合 (5/1、10/31 納付期限)	
毎月納付の場合	84,600 円
半年前納の場合	83,910 円
(割引額 690 円)	

問 小諸社会保険事務所
TEL 0267・22・1080(代)

<広告欄>

一筋に創業100年!!

豊の御用命はお早めに 年中無休

秋山豊店

上田中央5-4-1(下房山)
TEL・FAX (0268) 22-3655

上野分譲地
(建売住宅地)

物件概要
●所在地/上田市上野(第五中学校至近) ●地目/田 ●用途地域/居住 ●接道/●接道幅/200% ●築年数/新築 ●設備/電気・上下水道・都市ガス ●食料品/下水水道560円(㎡)・上水道48,300円 ●取引態様/売主

① 土地/218.60㎡(66.12坪) 価格 **1,024 万円**
② 土地/220.44㎡(66.68坪) 価格 **1,000 万円**
③ 土地/222.02㎡(67.16坪) 価格 **1,007 万円**

金井中古住宅

物件概要
●所在地/上田市金井平 ●地目/宅地 ●築年数/10月築 ●設備/空調・電気・上下水道・和式トイレ(下水道前道路に有り)・都市ガス ●西側5mの道路に15.5m接する ●H9年10月リフォーム ●通学区/神科小学校・第五中学校 ●取引態様/媒介

土地/249.55㎡(75.48坪) 価格 **1,250 万円**
建物/110.6㎡(33.45坪) 価格 **1,250 万円**

長野県知事免許(5)第3734号 全国宅地建物取引業保証協会会員
不動産 株式会社 **セイワ** 0268-26-5400
上田市上田原802-19 FAX:0268(26)5401

講座・教室

Information
A La Carte

日赤救急法 救急員養成講習会

- 日時 5月13日(月)・19日(土)・20日(日)、いずれも午前9時～午後4時30分
- 場所 上田市ふれあい福祉センター
- 内容 赤十字について、心肺蘇生法、AED、止血、骨折の手当など。詳しくは日赤長野県支部ホームページへ。
<http://www.nagano.jrc.or.jp/>
- 対象 満15歳以上で3日間とも受講できる方
- 定員 先着30名
- 参加費 3日分で3000円(初日集金)
- 持ち物 実技ができる服装、筆記用具
- その他 認定者には「救急法救急員認定証」を交付します。

- 申し込み 5月8日(火)までに電話で福祉課へ
- 福祉課 TEL 23・5130

長野大学連携講座

「傾聴実技講座」心を聴く カウンセリングの初歩

- 日時 5月15日(火)～9月11日(火)までの10回、午後1時30分～3時30分

分

- 場所 中央公民館
- 講師 笠井昇氏(長野産業保険推進センター)
- 内容 相手の立場に立って話を聞く方法を学びます。
- 受講料 1000円
- 駐車場 旧一中跡地、総合駐車場
- 定員 18名
- 申し込み 4月20日(金)より電話受付

- 中央公民館 TEL 22・0760

花づくり種まき実技 講習会を開催します

- 日時 4月25日(水)
午前9時30分～11時30分
- 場所 上田城跡公園櫓下駐車場
- 内容 春の種まきと種から育てるポイント(実技講習、雨天決行)
- 講師 武田正男氏(上田市農業バイオセンター所長)
- 持ち物 土(市販の種まき用の「培養土」)、容器(プランター、鉢など)、種(当日こちらでも用意しますが、種類などに限りがありますので、お好きな種を持参するか、事前に「花の種銀行」をご利用ください)。
- 参加費 無料
- 申し込み 4月24日(火)までに電話はがき、FAXで公園緑地課へ。

- 公園緑地課 TEL 23・5134
FAX 23・8247

絵本講座Ⅱ

「物語の力、絵本の魅力」

- 日時 5月22日、6月26日、7月24日、8月28日、9月25日、10月23日、11月27日、12月18日、平成20年1月22日、2月26日
すべて火曜日の午前10時～12時
- 場所 西部公民館(2階講義室)
- 講師 稲垣勇一さん
- 定員 30名
- 参加費 1000円
- 申込締切 5月11日(金)
- その他 希望する方は託児を手配します。講座申し込みの際にお申し出ください。

- 西部公民館 TEL 27・7544

感性まつり 絵本の小祭 「みんなで作ろう!」 手作り絵本制作会

- 皆さんが日ごろ思っていること・伝えたいことなど、できることを持ち寄って世界に一つの絵本を作りましょう。対話と共創を通した絵本作りを行なう、信州大学繊維学部感性工学科の学生がサポートします。
- 日時 5月12日(土)・13日(日)・19日(土)・20日(日)午後1時30分～
- 場所 12日・13日/上田情報ライブラリーセミナールーム
- 19日・20日/パレオ5階会議室
- 定員 15名(ご家族でご参加の場合

<広告欄>

生命保険Q&A

■公的年金よりも民間の個人年金の方が有利か?

生命保険会社などで販売している個人年金保険の契約が伸びています。「公的年金はもう信用できないから、個人年金だけに加入したい」という人も珍しくありません。ただ、公的年金のほうが個人年金よりも有利な点が多いのです。最大の利点は、公的年金は物価や賃金水準の上昇に応じて給

付額も増やす仕組みがあること。「世代間の助け合い」の仕組みだからこそ可能です。これに対し個人年金は加入者が支払った保険料を積み立てて運用し、老後にその資金を年金として受け取る仕組み。大幅なインフレが起こった場合など貨幣価値が低下し、せっかくの積立金が目減りしてし

まう可能性ありますから。公的年金には税金の補助が入っている利点が大いと思うのです。保険料以外に税金が投入されているのだから、その分「お得」ということになります。さらに公的年金には病気や事故で障害を負った場合の障害年金、加入者が死亡したときに

その遺族に支給される遺族年金という保障機能もあります。これらの要素を考え合わせると民間商品の方が有利とは決して言えないのでは。

◎公的だからこそその魅力は大きい

上田保険相談室
春原重義

〒386-0027 上田市常磐城4-14-14-202
TEL 0268-22-7227 FAX 0268-22-7227
E-mail yoihoken@po12.ueda.ne.jp

甲種防火管理者 資格取得講習会

- 合は、一家族で1名とします)
- 材料費 25000円
- 申し込み 4月30日(月)までに上田情報ライブラリーへ
- 上田情報ライブラリー
TEL 29・0210

- 日時 5月16日(水)・17日(木)
両日とも午前9時～午後4時30分
- 場所 上田市民会館(2階大会議室)
- 対象 防火管理業務を行うことのできる管理的な立場にある方
- 定員 先着110名
- 受講料 会 員/3500円
非会員/5000円
- 申し込み 上田広域消防本部予防課または東御・丸子・真田・依田窪南部の各消防署へ。4月23日(月)午前9時から受付開始。
- 上田広域消防本部 予防課
TEL 26・0029

上田市ポスター デザイン計画2007展

昨年9月、女子美術大学芸術学部メディアアート学科1年生が上田市で夏季合宿を行い、「上田市ポスターデザイン計画」として、別所温泉や上田城跡公園などを題材とした観光ポスターを制作しました。その成

募集

上田市陸上カーニバル2007 参加者を募集

- 日時 6月3日(日)
- 会場 菅平高原スポーツランド(サニアパーク菅平)陸上競技場
- 対象 市内の小学1～6年生男女/市内の中学1～3年生男女/市内在住在勤の一般男女(高校生・大学生を除く)
- 種目 昨年までと一部変更があり
 - ①小学1～3年生:50m、1000m
 - ②小学4～6年生:100m、1000m、走幅跳、ソフトボール投げ
 - ③小学2～6年生:4×100mリレー(2～4年生のみ男女混合可)
 - ④中学生:100m、1500m、走幅跳、砲丸投、4×100mリレー
 - ⑤一般:100m、1500m、走幅跳、砲丸投
- 参加費 500円(保険料込)
- 申し込み 5月11日(金)までに申込書に必要事項を記入のうえ、参加料を添えて体育課または丸子総合体育館、真田・武石各地域教育事務所へ。

問 市体育課 TEL23・6372

前期 家庭教育セミナー

- 日時 5月30日(水)～9月30日(水)までの5回、午前10時～12時
- 場所 中央公民館
- 内容 ベビービクス・食育・誤飲・アレルギー疾患・親業・託児あり(4か月～1歳6か月ぐらいまで)。
- 受講料 1000円(保険料含む)
- 駐車場 旧一中跡地、総合駐車場
- 定員 30名
- 申し込み 4月19日(木)より電話受付
- 中央公民館 TEL 22・0760

<広告欄>



あおやぎ眼科

眼科各種手術 ●入院設備あります ●駐車場30台
(白内障・緑内障・網膜剥離術・硝子体切除術・眼瞼内反症・眼瞼下垂症等)

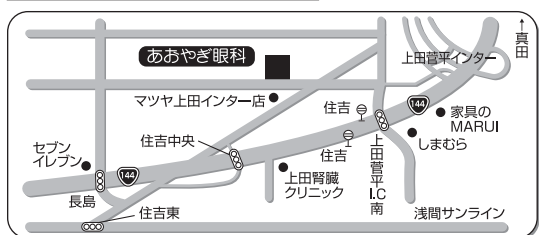
〒386-0002 上田市住吉577
(マツヤ上田インター店前)

TEL.0268 (28) 6688

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00～12:00	×	○	○	○	○	○
午後2:30～5:00	○	手術	○	手術	手術	×

休診日

日曜・祝日・月曜午前・土曜午後
火曜午後(手術)・木曜午後(手術)
金曜午後(手術)



募集

Information
A La Carte

0～2歳児親子教室 参加者募集

子育ての大変さ、悩みはだれもが抱えています。また、子どもの成長に合わせ悩むことも違います。

同年齢の子どもを持つ親同士で、子どもとふれあい、日ごろ思っている子育てについて語り合う、親子教室の参加者を募集します。

●0歳児の親子コース・6か月～12か月まで

●開催日 5月17日(木)・24日(木)・31日(木)

●内容 親子のふれあい遊び、子育てあれこれ談話

1歳児の親子コース

●開催日 6月11日(月)・18日(月)・25日(月)

●内容 親子のふれあい遊び、子育てあれこれ談話

2歳児の親子コース

●開催日 7月5日(木)・12日(木)・19日(木)

●内容 親子の運動遊び、子育てあれこれ談話

各コース共通事項

●時間 午前10時～11時30分
●場所 清明こども館(清明小学校敷地内)

●持ち物 バスタオル、飲み物など
●募集人数 各コース15組(4月25

募集

第35回まるこ春秋学園 平成19年度受講生募集

●対象 市内在住の60歳以上の方

●開設コース

- ①一般教養 ②ふるさと歴史
③パソコンでとっても簡単自分史
④長寿料理 ⑤健康 ⑥ふれあいの6コース
ほかに全コース参加の開講式、閉講式、1日観察研修、人権学習会あり。

●開講期間 5月下旬開講式予定。6月～2月までの期間、各コース月1回で年間5回。ふれあいコースは6～7回。

●会場 丸子文化会館ほか

●申込用紙 丸子地域の公共施設にあります。ただし、丸子地域高齢者クラブ連合会に所属の方には、単位クラブ会長を通して4月25日以降に配布します。

●募集締切 5月10日(木)まで

●丸子公民館(丸子文化会館内)

TEL42・3147

介護保険の地域密着型 サービス事業者募集

介護保険の地域密着型サービス指定希望事業者を募集します。応募方法・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。

●募集サービス 認知症対応型共同生活介護(ユニットのみ)、認知症対応型通所介護、小規模多機能

●申し込み コース名、保護者氏名、子ども氏名、年齢、電話番号、FAX番号、住所を電話またはFAXでご連絡ください。

●TEL 23・5106
●FAX 26・6171

(日水より受付)

型居宅介護

●募集対象 平成19年度～20年度までにサービスを立ち上げる予定の法人

●募集期間 6月4日(月)まで。なお選考の結果によっては追加募集を行います。

●TEL 23・6246

グラウンド・ゴルフ (前期)教室

●日時 4月28日～7月7日(ただし5月6日は休み)毎週土曜日、全10回コース、午前9時～11時

●場所 上田城跡公園内招魂社隣のグラウンドゴルフ場
●対象 市内在住・在勤の方

<広告欄>



クアハウスがけゆで、リフレッシュ!! ～あなたの体に優しい健康づくりを～

- 入浴(水着着用)、水泳、水中運動など各種お気軽に楽しめます。
- 各自の体力、状態にあうプログラムをアドバイス致します。
- 温泉を利用した健康づくりの専門のスタッフが常駐しております。

※休館日/毎週火曜日

厚生労働大臣認定温泉利用型健康増進施設 厚生労働省指定運動療法施設

上田市鹿教湯健康センター **クアハウスがけゆ**

〒386-0323 長野県上田市鹿教湯温泉1293 TEL 0268-44-2131

- 参加費 500円
- 申し込み 随時受付
- その他 障害をお持ちの方、車いすの方でも参加できます。
- 上田市グラウンドゴルフ協会 (担当/猪飼) TEL 24・7826
- 平成19年度英会話教室受講者募集
初級・中級コースから
お選びいただけます
- コース
A/初級(初心者対象)火曜日
(月2回程度、外国人講師)
B/中級 金曜日
(月2回程度、日本人講師)
- 期間 5月中旬～20年3月(年間20回、前期・後期各10回)いずれも午後7時～8時
- 場所 丸子公民館(丸子文化会館内・中会議室)
- 募集人数 A、Bとも各20名
- 対象 市内在住、在勤の成人の方
- 受講料 2万円(前期・後期各1万円)
- その他 定員になり次第締め切ります。応募者が定員の半分以上にならないと開講できない場合があります。開講の有無については、5月上旬に連絡します。
- 申し込み ①住所②氏名③連絡先④希望のコースを明示のうえ、電話、はがき、FAXで丸子公民館へ(〒386-0404 上田市上丸子1488 丸子公民館)

募集

ふるさと映像アーカイブ制作者 育成セミナー参加者募集

地域の自然、風景、日常生活、歴史、文化などを映像記録として残したい方を募集します。自分が興味のある身近なテーマを映像作品として残し、多くの人に伝えるための作品制作の方法を学びます。

● 講師 小郷毅氏(フリーディレクター)

作品テーマ(例)

- ・地域で独自の技を持っている人紹介
- ・地域の歴史や変遷をたどる
- ・次世代に伝えたい地域の文化(行事、食文化など)の紹介
- ・他人に自慢したい地元の風景 など各自でテーマを決めます。

● 日程 5月～8月の間で6回(土曜日)

● 時間 各回午前10時～午後4時

● 対象 自分の地域の自然、歴史、文化などや地域の記録映像制作に関心のある個人またはグループ(小学校高学年～成人)

● 料金 社会人 9,000円、小学生～大学生 無料

● 申込締切 5月5日(土)

● 問 マルチメディア情報センター TEL39・1000

問

丸子公民館

TEL 42・3147
FAX 42・3148

河川愛護モニター募集

- 応募資格 満20歳以上の方で、千曲川・犀川に接する機会が多く、河川愛護に関心のある方
- 業務内容 ご自身の河川愛護活動の報告や地域イベントなどの情報を最低月1回報告していただく仕

事です。

● 任期 7月1日～平成20年6月30日まで

● 報酬 月4580円

● 締め切り 5月25日(金)

● 応募方法 応募用紙をお送りしますので、お問い合わせください。

● 問 千曲川河川事務所

TEL 026・227・7768

<広告欄>

3月移転オープンしました!!

家電
修理
販売

パソコン
販売
修理
設定

パソコン指導
出張教室

パソコン
家電に関する
ご相談
お受けします

- 「昨日まで大丈夫だったのにどうして?」
- 「急におかしくなった?」
- 「コンピュータを買ったけど、何もわからない」
- 「新しいOSに替えたいと思っているけど、どうやるのかわからない...」

SONYデジタル工房ショッps

SONY SHOP

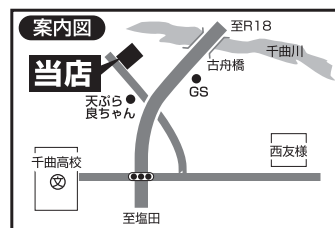
タクト

〒386-0034 上田市中条1356-42

☎(0268)25-0098

FAX 0268-25-0099 mail:yokoo@ueda.ne.jp

■営業時間 9:00～19:00 ■定休日 毎週水曜日



マルチメディア情報センター

TEL39・1000 URL <http://www.umic.jp/>

ママのためのパソコン(インターネット編)

日時◆5月17日(木)・24日(木)・31日(木)の3日間コース
10:00~12:00

対象◆初心者(子育て中のお母さん向き)

料金◆3,000円 定員◆16名(要事前申し込み)

こどもウィーク2007

日時◆5月4日(金・祝)~6日(日)10:00~16:00

入場料◆無料(一部有料)

内容◆ギャラリー無料開放(随時)、大抽選会(随時)、
メディアランドバージョン・ご当地検定上田編
(随時)、オリジナルカードづくり(随時)、プリ
クラシールづくり(随時)、マイバッグづくり(毎
日10:30~先着各16組/料金200円)、フライン
グディスク大会(毎日11:30~12:00)、恒例!
野外料理を作ろう!(毎日12:00~先着各40名
/料金100円)、ビデオ上映会(毎日13:30~)、
ロボット工作(毎日14:00~先着各10名/料金
1,000円)

※先着の場合は、開始時間の15分前から受け付け。

アクアプラザ上田 TEL26・2626

スイミング教室の受講者を募集します。ベビースイミ
ング教室の対象年齢は平成19年5月1日現在。いずれの教室
も定員を超えた場合は抽選となります。各教室とも計10回。
なお、受講料のほかに別途、入館料(一般750円、60歳以
上500円)が必要です。申し込みはいずれも4月17日(火)~23
日(月)の間に、来館して所定の用紙に記入してください。

初心者水なれ

日時◆5月7日(月)~7月9日(月)13:00~13:50

対象◆全く泳げない方 定員◆10名

受講料◆1,700円

ベビースイミング

▷0歳児コース(6か月~1歳未満対象)

日時◆5月11日(金)~7月13日(金)12:00~12:30

▷1歳児・火曜日コース(1歳~2歳未満対象)

日時◆5月8日(火)~7月10日(火)11:00~11:50

▷1歳児・水曜日コース(1歳~2歳未満対象)

日時◆5月9日(水)~7月11日(水)11:00~11:50

▷2歳児コース(2歳~3歳未満対象)

日時◆5月8日(火)~7月10日(火)12:00~12:50

▷3歳児コース(3歳~4歳未満対象)

日時◆5月9日(水)~7月11日(水)12:00~12:50

定員◆各コースとも25組

受講料◆各コースとも1,400円

上田創造館 TEL23・1111

第19回農民美術作品展

日時◆5月5日(土)~14日(月)9:30~16:30

(最終日は16:00終了)

内容◆素朴でぬくもりのある手作り作品の展示

入場料◆無料

きり絵教室(4回コース)

日時◆5月7日(月)・21日(月)9:30~11:30

定員◆15名(先着順) 参加費◆1,000円

申し込み◆4月30日(月)までに電話またはFAXで。

春のバードウォッチング

日時◆5月12日(土)9:00~12:00

内容◆専門家の案内で自然運動公園一帯の野鳥を
観察

対象◆小中学生(保護者) 定員◆10名(先着順)

参加費◆無料

持ち物◆雨具(ほかに、お持ちの方は双眼鏡と野
鳥図鑑)

申し込み◆5月7日(月)までに電話またはFAXで。

影絵を始めよう!

日時◆5月13日(日)・27日(日)13:30~15:30

内容◆光と影の不思議な世界を体験

定員◆20名(先着順) 参加費◆無料

持ち物◆牛乳パック、カッター、ボールペン

春の星座と神話

日時◆5月19日(土)10:00~11:00

内容◆春の星座の見つけ方と星座にまつわる神話
を学ぶ

参加費◆無料

星空観望会

日時◆5月19日(土)19:30~21:00

内容◆天体望遠鏡で春の星座や金星・土星などを
観察

対象◆どなたでも参加可。当日、直接会場へお越
しください。

身近な植物の観察

日時◆5月26日(土)9:30~11:30

内容◆創造館周辺の草花や樹木の観察及びデジタ
ルカメラ撮影

対象◆小中学生(保護者)と一般の方

定員◆20名 参加費◆無料

持ち物◆植物図鑑(お持ちの方のみ)

申し込み◆5月23日(水)までに電話またはFAXで。

電話番号変更
のお知らせ

教育委員会第2庁舎へ移転のため、次のとおり電話番号が変更になりました。

生涯学習課	TEL23・6370	FAX23・6368
文化振興課	TEL23・6361	
体育課	TEL23・6372	

子育て・子育て支援課が新設され、電話番号が次のとおり決まりました。

子育て・子育て支援課 TEL23・5106

5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(火)・18日(金)・28日(月)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
- ▷ 25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
- ▷ 14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

- ▷ 2日(火)13:00～16:00/市民プラザ・ゆう
問 市人権男女共同参画課 TEL23・2988
- ▷ 9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
/長野地方方法務局上田支局
問 長野地方方法務局上田支局 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〉
- ▷ 26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

こころの相談〈要予約〉

- ▷ 11日(火)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

- ▷ 9日(月)・23日(月)13:30～15:30
/勤労青少年ホーム
問 市健康推進課 TEL28・7123

わが子の就職等相談会〈要予約〉

- ▷ 22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



法律・行政

法律相談〈要予約〉

- ▷ 11日(金)・25日(金)13:00～16:00
/上田市役所(南庁舎)
問 市生活環境課 TEL23・5120
- ▷ 18日(水)9:00～11:30/丸子地域自治センター
問 市地域振興課 TEL42・3100
- ▷ 19日(木)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
- ▷ 18日(水)10:30～12:00/上田商工会議所
問 上田商工会議所 TEL22・4500

行政相談

- ▷ 8日(火)10:00～15:00/南庁舎6階真田の間
問 市生活環境課 TEL23・5120
- ▷ 16日(水)9:00～11:30/丸子地域自治センター
問 市地域振興課 TEL42・3100
- ▷ 14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・3666

土地建物・不動産鑑定相談

- ▷ 10日(木)13:00～16:00/上田市役所(南庁舎)
問 市生活環境課 TEL23・5120

不動産登記相談〈要予約〉

- ▷ 10日(水)9:00～11:30/丸子地域自治センター
問 市地域振興課 TEL42・3100



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(南庁舎)
問 市福祉課 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

- ▷ 24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

- ▷ 8日(火)13:10～17:00/上田市役所(南庁舎)
- ▷ 16日(木)13:10～17:00
/丸子ふれあいステーション
- ▷ 31日(木)13:10～17:00/真田地域自治センター
問 市高齢者介護課 TEL23・5140

●ゆずります

七五三着用物(女児7歳用)/女児用靴(16・17・19cm)/ワープロ/オイルヒーター/電子レンジ/縦型電気ストーブ/電気カーペット/マッサージ機/衣類乾燥機/ガステーブル(プロパン用・都市ガス用)/ソファベッド/学習机セット/ハンガー式衣装ケース/ソファ(2人用・2～3人用)/スキーウェア(130cm)/スキーウェア上着(男子120cm)/碁盤/世界文学全集60巻/ロシア文学全集40巻/食卓テーブル(イス5脚)

●ゆずってください

チャイルドシート/ベビー服/男児用服(0～3歳児)/冷蔵庫/全自動洗濯機/ミシン(電動式・足踏み式)/電気ポット/パソコン/自転車26インチ/会議用テーブル/パイプイス/食器棚/スキー(小学校低学年用)/ものほし竿/トラクター/毛糸(毛100%)/海外旅行用カバン/バイオリン/味噌釜(一斗以上)/カーペット/メトトラ/編機

※注意 エコ・ハウスでは登録された不用品を台帳で管理しており、現品は取り扱っていません。不用品の取り引きは無料で、ゆずりたい人と、ゆずってほしい人双方の責任で行っていただきます。営利目的での利用はできません。また、不用品の紹介は1回につき1件までです。詳細は、エコ・ハウスにお問い合わせください。

問 エコ・ハウス TEL23・5144(受付時間:土日を除く午前10時～午後4時)

不用品交換情報

ウィークエンドリサイクル

時間 午前10～12時

5/5 ツルヤ上田山口店 マツヤ上田川西店

5/19 やおふく古里店・Aコープコア塩田店

5/12 西友秋和店・西友三好町店

5/26 西友上田東店・しおだ野SPセンター

◆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◇

●会場 丸子保健センター

●持ち物 母子健康手帳、赤ちゃん手帳の「おたずね」、1歳6か月児健診、3歳児は歯ブラシ

●受付時間 4か月・10か月・1歳6か月児健診は13:00～13:15、3歳児は13:00～13:30

健康診査	実施日	対象者
4か月児健診	5月10日(木)	平成18年12月8日～平成19年1月5日生
10か月児健診	5月31日(木)	平成18年7月生
1歳6か月児健診	5月18日(金)	平成17年10・11月生
3歳児健診	5月25日(金)	平成16年3・4月生

●受付時間 10:00～10:30

健康相談	実施日	対象者
おたんじょう相談	5月8日(火)	平成18年4・5月生



◇予防接種◇

●受付時間 13:00～13:30 ●会場 丸子保健センター ●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	5月22日(火)	平成19年1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 ベビー相談●受付時間 9:00～9:30

●持ち物 バスタオル、母子健康手帳、赤ちゃん手帳の問診票

健康診査	実施日	対象者
ベビー相談	5月8日(火)	平成19年2・3月生
4か月児健診	5月29日(火)	平成19年1月生
7か月児相談	5月29日(火)	平成18年10月生
10か月児健診	5月29日(火)	平成18年7月生

◇予防接種◇

●受付時間 13:15～13:40 ●会場 真田保健センター ●持ち物 母子健康手帳、予防接種予診票、体温計

種別	実施日	対象者
BCG	5月31日(木)	平成19年1・2月生
ポリオ	5月24日(木)	平成18年5～10月生

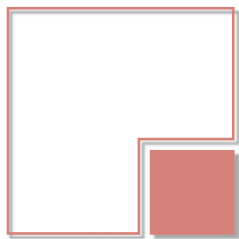
◆武石健康センター (武石地域にお住まいの方)

TEL85・2067

◇乳幼児健診・教室・相談◇

健康診査		実施日	対象者
乳幼児健診		5月24日(木)	4か月/平成18年12月9日～19年2月24日生 10か月/平成18年6月9日～8月24日生 1歳半/平成17年9・10月生 3歳/平成16年4・5月生
離乳食教室	初期	5月14日(月)	平成18年12月～平成19年2月生
	中期	5月21日(月)	平成18年9～11月生
	後期	5月31日(木)	平成18年6～8月生
1歳児教室		5月30日(水)	平成18年3～5月生

※受付時間、持ち物は年間予定表をご覧ください。



5月の乳幼児 健康診断 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	5月15日(火)	平成18年12月16日～31日生
	5月30日(水)	平成19年1月1日～15日生
1歳6か月児健診	5月9日(水)	平成17年10月16日～31日生
	5月23日(水)	平成17年11月1日～15日生
2歳児歯科健診 （旧2歳児教室）	5月8日(火)	平成17年2月1日～15日生
	5月24日(木)	平成17年2月16日～28日生
3歳児健診	5月10日(木)	平成16年4月1日～15日生
	5月18日(金)	平成16年4月16日～30日生

塩田母子健康センター（上田地域の塩田・川西地区にお住まいの方）

4か月児健診	5月22日(火)	平成18年12月16日～19年1月15日生 川辺・泉田地区の方も対象です
1歳6か月児健診	5月11日(金)	平成17年9月16日～11月15日生

塩田・川西地区の2歳児歯科健診（対象者：平成17年3月1日～4月30日生）、
3歳児健診（対象者平成16年4月1日～5月31日生）は6月に実施します。

●市内委託医療機関

個別10か月児健診	4月受診／完全予約制	平成18年6月16日～7月15日生
-----------	------------	-------------------

◇歯がはえたら教室◇

- 日程 5月9・16・23日(水)10:00～11:00（受付9:50～10:00）
- 会場 上田地域保健センター（完全予約制）
- 対象者 歯が4本生えたお子さん
- 内容 赤ちゃんの歯のケアについて（哺乳びんの使い方、母乳の与え方なども含む）
- 持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ、コップ、バスタオル、ハンドタオル

◇予防接種◇

- 受付時間 13:30～14:10
- 持ち物 母子健康手帳、予診票、体温計

種別	実施日	会場	対象者
BCG	5月1日(火)	中央公民館	・平成19年1月生
	5月17日(木)	川辺町会館	・生後3～6か月未満でBCG未接種児

ポリオ予防接種前期日程表

	日程	会場	対象地区
前期	5月23日(水)	中央公民館	北部
		川辺町会館	川辺・泉田(上田原)、城下
	5月29日(火)	上野が丘公民館	神科(染屋、長島)、豊殿
		塩田母子健康センター	中塩田(保野、舞田除く)、東塩田、西塩田、別所
	5月30日(水)	神川公民館	神川
		西部公民館	西部、塩尻
	5月31日(木)	中央公民館	東部、南部、中央
		川西社会福祉センター	中塩田(保野、舞田)、川西
	6月5日(火)	上野が丘公民館	神科(染屋、長島除く)
		川辺町会館	川辺・泉田(上田原除く)



5

月の行事予定

EVENTNAVI

日時	行 事 名	問い合わせ先
2日水	親子ふれあい広場(前期)(全10回)	中央公民館 TEL22・0760
4日金	筑紫哲也氏講演会 「教育・共育・多事争論INサムガク」	侍学園スクオーラ・今人 TEL38・0063
5日土	第36回うえだこどもまつり	生涯学習課 TEL23・6370
	こどもの日「すもう大会」	体育課 TEL23・6372
8日火	子育て応援講座(全6回)	市民プラザ・ゆう TEL27・2988
9日水	センスアップ講座(全10回)	市民プラザ・ゆう TEL27・2988
	ガーデニング講座開講日(全12回)	上小高等職業訓練校 TEL22・2666
10日木	第56回総合美術展(～13日)	上田市総合美術展運営委員会 TEL22・0760
11日金	春の全国交通安全運動(～20日)	生活環境課 TEL23・5120
	中塩田小学校竣工式	教育総務課 TEL23・5100
12日土	感性まつり「みんなで作ろう！ 手作り絵本制作会」(全4回)	上田情報ライブラリー TEL29・0210
	福祉住環境2級資格取得準備講座(全14回)	市民プラザ・ゆう TEL27・2988
15日火	「傾聴実技講座」 心を聴くカウンセリングの初歩(全10回)	中央公民館 TEL22・0760
16日水	初めてのハワイアンフラ講座(全10回)	市民プラザ・ゆう TEL27・2988
18日金	おいしいよ！韓国料理講座(全4回)	市民プラザ・ゆう TEL27・2988
	高齢者福祉センター館内行事	高齢者福祉センター TEL22・4119
19日土	「うえだぐるっと探険」 ～上田(千曲川右岸)、真田地域編～	秘書課 TEL22・3435
20日日	第12回ともしびの里 ソフトバレーフェスティバル	武石地域教育事務所 TEL85-2030
25日金	さだまさしコンサート	政策企画課 TEL23・5112
	上田城千本桜俳句会授賞式	文化振興課 TEL23・6361
26日土	講座「武田氏と上田地方」(全6回)	上田市立博物館 TEL22・1274
	上田市文化支援事業 あたら島唄～信濃にわたる八重山の風～	文化振興課 TEL23・6361
27日日	第27回春季上田市民ゴルフ大会	体育課 TEL23・6372
29日火	市長「お気軽ミーティング」	秘書課 TEL22・3435
30日水	前期家庭教育セミナー	中央公民館 TEL26・0760

CONTENTS

主な内容

- 2 松本バス接続
- 3 真田まつり交通規制
- 4 高齢者クラブ連合会スタート
- 6 情報あ・ら・かると
- 14 各施設イベント紹介
- 15 5月の相談コーナー
- 16 5月の乳幼児健康診断・予防接種
- 18 イベント・ナビ
- 19 納税等の納期ごよみ



上田市
携帯サイト

税金で みんなでつくる 住みよいくらし

(市内中学生の納税標語から)

武石余里の花桃

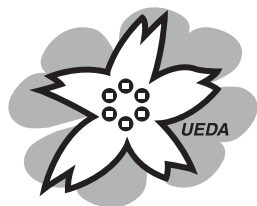
平成19年度 市税等の納期ごよみ

税等の区分	納期月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
固定資産税 (都市計画税)	1期				2期					3期		4期	
市県民税			1期		2期		3期			4期			
軽自動車税		全期											
国民健康保険税				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期	
介護保険料 (第1号被保険者普通徴収)				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期	
下水道受益者 負担(分担)金				1期		2期		3期			4期		
納期限		5月 1日 (火)	5月 31日 (木)	7月 2日 (月)	7月 31日 (火)	8月 31日 (金)	10月 1日 (月)	10月 31日 (水)	11月 30日 (金)	12月 25日 (火)	1月 31日 (木)	2月 29日 (金)	3月 31日 (月)

- 1 納期内に取扱金融機関または郵便局へ納付してください。
- 2 納期限後になりますと、税額によっては延滞金が加算されますのでご注意ください。
- 3 市税等の納付には、便利で確実な口座振替(自動払込)をぜひご利用ください。

◇この「納期ごよみ」は、見やすいところに張ってご利用ください。

納税メモ



◎私たちが安心して心豊かに生活していくためには、個人や企業などの活動だけでは賅えない公共サービスや公共施設が必要となります。そうしたまちづくりを行うために主要な財源となるものが市民の皆さんの納めている税金(市税)です。

◎市税の主なものとして、次のようなものがあります。

『**個人市民税**』…平成19年1月1日現在、上田市に住所があり、前年中に所得のあった方、また市内に住所がない方でも事務所、事業所、家屋敷をお持ちの方に課税されます。

『**固定資産税・都市計画税**』…平成19年1月1日現在、上田市に土地・家屋・償却資産を所有している方または都市計画区域内に土地・家屋を所有している方に課税されます。

『**軽自動車税**』…平成19年4月1日現在、軽自動車を所有または使用している方に課税されます。(廃車の届出は、必ずしてください。届出をしないと、いつまでも課税されることになります)。

『**国民健康保険税**』…国民健康保険に加入している世帯主の方に課税されます。国保に加入していない世帯主でも、世帯内に国保加入者がいる世帯主の方には、課税されます。

『**法人市民税**』…市内に事務所、事業所を有する法人に課税されます。

◎それぞれ**各納期限までに**、納付書をお持ちになり、金融機関の本店・各支店・(各支所)・郵便局または市役所・各自治センター窓口で納めてください。まずは、市役所からの通知書をよくご覧いただき、お間違えのないようにお願いします。

◎市税の納付を取り扱う場所は、次の金融機関の本店・支店・支所・出張所及び郵便局(長野・新潟県内に限る)です。

○八十二銀行・上田信用金庫・信州うえだ農業協同組合・三井住友銀行・長野銀行・長野県信用組合・長野県労働金庫(口座振替の預金口座は、上記金融機関の全国の支店のものがご利用いただけます)。

郵便局(自動払込の貯金口座は、全国の郵便局のものがご利用いただけます)。

◎市税を滞納したままですと、督促状が送られ、その後10日を経過すると、不動産や電話加入権あるいは預貯金及び給料の差押えなどの、**滞納処分を受けることがあります。**

◎市税の滞納は、納税者の社会生活にとって不利益になるばかりでなく、市も滞納整理に費用をかけなければなりません。この費用は、本来市民の皆さんの福祉・教育・環境整備などに使われるべき、貴重な税金(市税)から支出されることになります。

●税金等についての
ご相談・お問い合わせは…
上田市役所
TEL22・4100(代表)
または 各地域自治センターへ

税 目 等	課税内容等	納 付 方 法 等
市 県 民 税	市 税務課	市 収納管理センター(収納管理課)
軽 自 動 車 税	内1281~1286	内1301~1306
固 定 資 産 税	市 税務課	または
都 市 計 画 税	内1291~1297	市 税務課 TEL42・1028
国 民 健 康 保 険 税	市 国保年金課	市 市民生活課 TEL72・0154
	内1361~1368	市 市民生活課 TEL85・2827
介 護 保 険 料	市 高齢者介護課 内1711、1712、1714、1716	
	市 健康福祉課 TEL42・0015	
	市 健康福祉課 TEL72・4700	
	市 健康福祉課 TEL85・2119	
下 水 道 受 益 者 負 担 (分 担) 金	上下水道局 営業課 内1536	

市税等の納付は、便利・安全・確実な口座振替(自動振替)をお勧めします！

口座振替は
(自動振込)

外出の手間が省けて、
便 利！

現金を持たないため、
安 全！

納期限までの納付が、
確 実！

※手数料はかかりません。ぜひ、ご利用ください。

○申込方法

通帳(口座番号などのわかるもの)と通帳届出印をお持ちいただき、市内金融機関・郵便局・市役所1階収納管理センター(収納管理課)または各地域自治センターでお申し込みください。手続きは簡単ですので、ぜひご利用ください。

○固定資産税を口座振替で納めている方へ(お願い)

相続や贈与等で土地や家屋の所有者が代わったり、共有名義に変更された場合、今まで引き落としになっていた口座から固定資産税の振替ができなくなります。その場合はお手数ですが、改めて口座振替の手続きをお願いします。

○車検が必要な軽自動車をお持ちの方へ

口座振替(自動払込)をご利用の場合は、指定の預(貯)金口座から引き落としになった後、車検用の納税証明書を納税義務者様あてに送付しています。車検で、お急ぎの方は窓口でご請求ください。

○市県民税・固定資産税・国民健康保険税・下水道受益者負担(分担)金については、全納期を1回で納める「全期前納」ができます。

ただし、年度の途中では、お申し込みいただけません。また、前納に伴う報奨金はありません。詳しくは、市役所収納管理センター(収納管理課)、上下水道局営業課または各地域自治センターへお問い合わせください。