広報うえた。

昭和63年

9/1

第 1,014 号



主な内容

#### 「健康づくり」始めませんか

〜自分に合う方法で根気よく〜…2・3 9月10日は「全国下水道促進デー」・・・・4・5 甲子園通信 二転三転の好ゲーム・・・・4・5 インタビュー 企業求人説明会・・・・・6 (新連載)税のコーナー①・・・・7 第2回ハーフマラソン 10月10日・・・・10

#### ●保育園で大根の種まき

「先生、種ちょうだ~い」と大はしゃぎ…。神川第一保育園では8月24日、大根の種まきを園児全員(40人)で行いました。午前10時、隣にある畑へ集合。それぞれに種をもらうと、真剣に一粒一粒まいていきました。収穫は11月半ばごろだそうです。楽しみですね。

市民の動き(8月1日現在) 総人口 117,991人(+28)/世帯数 37,778(+45) ()内は前月比です。

## 5 5 1

## ませんか

#### 方法で根気よく~

あなたは、健康のために何かしてますか。「病気 になってはじめて健康のありがたみがわかった」 などとよく耳にします。でも、健康なときにこそ、 積極的な健康増進を図ることが大切ではないでし ようか。バランスのとれた食事、規則正しい生活、 適度なスポーツなど、病気にかからない生活習慣 を身につけたいもの。そして、健やかな老後を送 るためにも…。市はこのほど、国から「健康づく り推進モデル都市」の指定を受けました。健康へ の関心を高めるとともに、市民一人ひとりの健康 の保持や増進を図ることを、目的としています。

今回は、これを機に、身近な健康法をマメに実 践されているかたを紹介します。あなたも、自分 の体に見合った健康づくりを始めてみませんか。

んだん足腰が弱くなっ 何もしないでいてになります。 きつ

操 山 「ふち江

ころは、 体操が多 を中 指を動 今は大丈夫。 員 れるか不安でした。 足がつ 公民 筋肉を伸ば かげ





など総合的な健康感が味わえる森林浴

#### 公園の利用も一方法

「体力づくりはどこで?」一自宅、 体育館、公園…などさまざまだと思 います。身近な公園を紹介します。

▶上田城跡公園(ランニングコース) お堀のまわりを走ってみませんか。 早朝からの人が多いですね。

#### ▷長池公園

隣りは創造館。芝生がきれい。

▶自然運動公園 (国有林遊歩道) 森林浴も兼ねて体力作りにはうっ てつけ。4コースあります(写真上)。

#### ▷別所温泉森林公園

森林を生かした施設でひと汗を。

#### ▷市民の森公園

休日を利用して、ご家族でいかが ですか。遊歩道もあります。

◎詳しくは4月にお配りした「公園 ガイド」をご覧ください。



はど実

間

(ほとんど三十代の

ません。



市保健センターで月一回の例会。ビ デオを見ながらストレッチ体操

りません。

背筋を張って、

歩き方もダラダラでは効果があ

やはり、

無理をせずマイペースが一

かく程度の早さが…。

歩くことによ

血圧が安定した」「スリムにな

マイペースで 毎日「歩く」 すこやかサン

がち。買い物などもできるだけ「歩生活は、何かと車や自転車を利用し ンディションにあわせて歩くこと。 ています。大切なのは、自分の体のコ 各自の生活に応じて、 く」ように心掛けています。それも ぞれ毎日歩き続けています。 メンバー 会が発足して五 (55~65歳の主婦) 現在 自主的に行っ 十一

## 始め

#### ~自分に合う



#### ワンポイント アドバイス

## 「心」の 大切です



保健予防課 岡田むつ江

こね」は、+ 健康づくりは ることも大切ですね。そして、よくかみ、よく寝 が維持されることもお忘れなく。 肝 に一番いい方法を見つけ、根気よく続けることが ょう。「家族の和づくり」によって、 心です。まず、 よく体を動かすことにも努めてください。 けっきょく長続きしません。自分のため は 簡単な運動から始めたらどうで 自 分のために行うも 楽しく食事をす 「人ま

#### 「健康づくり市民のつどい」から

#### ジョギングで ストレス解消



静子さん (62歳・平井寺)

ともいえません。家族の協力と仲間のチ も吹き飛び、終わったあとの充実感が何 農道を走っています。その日のストレ やるよりみんなで」と、 ムワークに感謝しています。 3 ギングを始めて八年目。 仲間六人で毎 人で

#### 歩く、歌う… 無理せずに



寿さん 矢口 (77歳・新田)

ます。 体と相談して無理をしない」がモットー。 流します。「自分でできることは自分で。 んですよ。そのあと、ラジオ体操で汗を 園では、「信濃の国」をみんなで歌っ 腹から声を出すことがとてもい 田公園まで歩くの が日 7

#### 注意したい 子どもの歯



中本克代さん (38歳・中村)

うときも、「この子の限度は一日どれくら の虫歯を遅くするとか…。 て硬くなるまでが大切。 もには注意しています。 わたし自 とこだわっています。 歯が悪か できるだけ最初 甘いものを買 たの 歯が生え で



三塁側アルブ ススタ



行け HIGASHI 暑さも吹き飛ぶ 「行け 11



援に(永野市長と出石町柴垣助役) 今年も姉妹都市・兵庫県出石町から50人が応 戻ってきました。 理を開始したこの事業により、 かい 々に少なくなり、 経過しました。 上田市が公共下水道の供用を開始して、十六年 現在、 昭和四十七年市街地を中心に処 魚の住める河川が数多く 川の水の汚れは除

国と比べると、 本の下水道事業を積極的に推進するため、 ・水道促進デー」と定め、 町村などが中心となり、 しかし、 わが国の下水道の 大変遅れています。このため、 下水道について皆さん 毎年九月十日を「全国 整備状況は、 国·県· 先進諸 日

> (火まで)、市では、主に次のような催しを行 に合わせた期間中(九月七日似から同十三日 の理解と協力を求めています。 この促進デー

327)へ。なお、 日は休みです。 わかります。 ■下水浄化センター(秋和)の 汚れた水がきれいになっていく過程がよく 見学申込は同センター(☎206 土曜日は正午まで、 一般開放 日曜

時三十分から午後五時十五分まで(土曜 下水道相談所の開設 場所は下水道課(市役所) 階)。

時間は午

日 前

は正午まで、日曜日は休み)。 下水道排水設備などの展示 市役所一階ロビーで

## お願い

ることになります。 かりでなく、 や廃水を受け入れて処理しなければなり 濁濃度の高い排水は管きょをいためるば ません。しかし、 下水道はその性質上、さまざまな汚水 処理場に多大な負担をかけ 雨水や有害な物質、 汚

また、最近訪問販売などでディスポー

日は「第28回全国下水道促進デ

たい

夏の全国高校野球 8月15日



たびたび。逆転に沸く大観衆「勝った!」と思わせる場面も



二転三転のインタゲーム

互角の勝負にたんのう



▶初出場とは思えない堂々としたプ

ほんとうによくやった上田東…。ものおじしないプレーは、"初陣"とは思えない力強さを見せてくれました。特に終盤の打撃はみごと。7回の逆転、9回の勝ち越しと、くるくるゲームが変わり、"古豪"広島商業を苦しませました。

逆に広商も、9回には同点に持ち込み、今大会 二度目の延長戦に。結局、3対4で惜敗しました が、本領の集中力を発揮、三塁側スタンドからは 大きな拍手が送られました。



#### 下水道の促進に関する作品を募集

(日本下水道協会)

		資 格	規格			
ポス	ター	小・中学生	B4~A2判以内。クレヨン画、水彩画。ポスターには「9月10日全国下水道促進デー」の文字を入れる。			
作	小学生は600~1,600字以内。中学生は1,600~2,0009 作 文 小・中学生 以内。400字詰原稿用紙(たて書き)を使用し、タイルを明記。					
標	語	制限なし	官製はがき   枚に作品   点(はがきの枚数は何枚でも可)。			
写	真	制限なし	キャビネから四切判まで。白黒、カラーいずれもよく、 自作未発表のもの。応募点数に制限はないが、単写真・ 組写真(3枚以内で順番をつける)の区別を記入。			
応募	要領	それぞれ住所、氏名、職業(小・中学生は学校名、学年)、年齢、電話番号を記入し、11月15日似までに下水道課へ提出してください。 学校などで応募する場合は、学校単位でまとめてください。				

ザー(食物残物処理器)が出回っています。これは、台所から出る野菜くずなごれを粉砕し流してしまう機械です。これをを粉砕し流してしまう機械です。これをでまなけでなく、処理場にかかる負担が増大することが予想されます。このような状態の設置および使用は自粛されるよう機器の設置および使用は自粛されるようと質いします。

●問い合わせ 下水道課(内線1533)

#### インタビュー 企業求人説明会

### 就職戦線 本番を迎え



担当者と説明会に参加した学 今回は、上田公共職業安定所 の四十七企業が参加。 二日間

各企業の人事担当者と熱心に話 で三百人を超える学生が訪れ、 生に聞いてみました。 し合っていました。

一田商

説明会は、

上田公共職業安定所

工会議所で開かれました。この 二十三・二十四の両日、 を卒業する人を対象とした「上

短大・専修学校

[地区企業求人説明会」が八月

などが主催したもので、

上小地

上田職安から

っぱりだこです。

採用

が内定

あ

## 学生から



安心感のあ

3

田

各

印象を受けました。 募集人数が少ないなど、 数社から説明を受けましたが、

厳しい

六川直希さん (専門学校2年)

で、これを生かせる会社に就職

できればと思います。

今日は

## 青沼理恵さん

(短大2年)

両親が「上田へ帰ってきて」

2

いと思っていましたが、

言うものですから、

こちらに決

両 本当は、 親の 希望で上田 短大のある東京で就

加藤丈雄さん

(大学4年)

身は青森県で、 りがたい 説明 長野大学で 会

聞かれたことを要領よく。

出

今年は″売り手

市

場

子学生は相変わらず厳しいで

男子学生にいえることで、

女

"売り手市場』というの ちょっと鈍いです

す。女子に人気の高いのは

統括職業指導官

米沢 真治さん

明会の出足は昨年と比較 ている学生が多いせいか、

h

色的で、

学生に有利な状況で

理工系の学生はひ

ようです。

今年は、

企業側の求人が積

金融機関ですが、

求人が少な

学が

ので希望どおりにはいかな

竹内みゆきさん (専門学校2年)

外語専門学校で英語を学んで 生 か せ たら

くばらんに話ができました。 県内に就職することにしました。 学んでいます。 がたいですね。 このような求人説明会は、 こともなく、 企業も少ないので、 会社のかたとざっ 今日は緊張する 青森は賃金も低 あり 長野

った上 際はそうでもないようです。 場』と書いてありましたが、 希望していますが、 学が生かせる旅行会社などを 田の方が落ち着きます。 東京よりも 新聞には 求人がない "売り手市 生まれ育

### 田舎の方が、安心して生活でき 専攻は電子関係ですの 9月9日 救急の は H

東京からのUターン希望です

②つながったら「救急です」 救急医療と救急業務を正しく理 急医療週間」です。この運動 九月三日から同九日までは ③落ち着いて、 ①局番なしの一一九番を回 七年に設けられました。 解していただくため、 ④事故、病気の様子を知らせる。 ●救急車の正しい呼び方 いう。 い呼び方」を紹介します。 故者は何人か、男か女かなど だれが、いつ、どこで、どう を知らせる。 そこで、今回は「救急車の いうふうに、どうなった、事 か主な目標物もわかりやすく 月 九日は「救急の日 (町名、 はっきりと場 番地のほ 昭和五十 し。ま IF.

今日は、

いくつかの会社から話

めました。金融関係が希望です。

参考になりました。

を聞きましたが、皆さん親切で



#### 健康メモ

### 老けこまないコツ

ても老けこまないコツは ると言われています。 持ちを上手に使っている人であ の割に若々しいといわれ 日ごろから頭と体と気 年をとっ でき

仲間とのふれあい、

積極的な

の人や共通の趣味や目的をも

回は、 たら、 がテーマです。 つまでも若々しく過ごすために」 という話をよく耳にします。 い間勤めていた職場を辞め 老けこまないコツー 急に老けこんでしまった

## 頭・体・気持ち」を

上手に使う 親者とだけ接して暮らすことは もちろん幸せなことですが、近 つきあいの中で感じる幸福感も

えるようです。 うな状態をつくり出すこととい 健康や幸福感、長寿に最もよ

ナー」です。

「税のコー

す。 外の人々と目ごろからたくさん の調査をした結果によるもので 大学が二十年間にわたり高齢者 接することが大切だとは、 い影響を及ぼすのは、 何の心配や緊張もなく、 近親者以 、ある 近

を自分からすすんで使えるよ また、 もあります。 どは、何らかの趣味や目的をも って活動しているとの調査結果 長寿者といわれる人の半数 ひとしお のものがありま

歩、踏み出して みませんか

幸福感を味わいながら若々しく 社会のための奉仕活動をす ため、いろいろなクラブに参加 ですることは、 近親者以外の人と多く接する どんな小さなことでも 毎日いきいきと

> 人は、 広めて友達をたくさんもつこと 過ごすコツともいえるでしょう。 だと思います。 してみませんか。 どうしようかなと迷っている 思い切って一歩、 視野を 踏み出

はかかりませんし、 十一万円) 民税の所得割非課税限度額(三 七万円)を差し引いた残額が住 の収入)が八十八万円以下です 得になります。 住民税·配偶者控除 パート収入は、 給与所得控除額 以下となり、 (一月~十二月まで したがって、パ 通常、 配偶者控除 (最低五十 住民税 給与所 も受けられます。 所得 度額 なお、 偶者控除も受けられます。

(三十三万円)以下となりま 1 給与所得の金額が基礎控 は、 税 所得税はかかりません 住民税の均等割非課 収入が九十万円以下で 二十七万九千円以下

一」です。今後は、広報の一日号に連載税に関することを理解していただくのが 八一十収入广车额88万円以 下なら住民税もかからないし、 夫の所得から配偶者控除も 受けられるのね。



パート収入と税

(63年6月1日現在)

税

ナ

奥さまと税(パ

ート収入

目 空 第	、一下收入了初	(034	0月1日光红/	
パート	夫の所得から	自分自身に		
の収入	配偶者控除が	住民税が	所得税が	
88万円以下	受けられる	かからない	かからない	
88万円超90万円以下	受けられる	かかる	かからない	
90万円超	受けられない	かかる	かかる	

市民税課(内線1281) ●問い合わせ



### 気合いを入れて

気合いが入っていました。どのチームも健闘 気でムンムン。綱を握る子どもたちも、とても 1) 体育館で開かれました。 しました。 会場は応援団の力強い声援もあいまって、 第五 の三部門に分け、 回女子学童綱引大会が八月七日、 民



#### ▼おごそかに渡り初め

産川の護岸改修工事にともなって建設され た築地の産川橋が完成。8月5日には永野市 長をはじめ地元関係者約50人が出席して開通 式が行われました。橋の長さは36.5年、幅5 にあり、将来は1.5年の歩道を取り付ける予定 です。



▽匿名 ▽匿名 ▽匿名

五万円 松本市主

市育英会 市育英会

五万円

十万円

市育英会

大藪

· 料屋

町

電気

マッサー

ジ器

宮原光徳様

(中常田) 電気マッサージ器

高末ふじよ様 吉田

(新田) 植木 (東前山)

力様

ぞ

いずれも高

## 今年も「七夕まつり」が海野町商店街 七夕まつり

齢者福祉センター うきん七百七十枚

▽日本たばこ産業㈱上田営

業所

グスタ

甲子園出場を祝った飾り付けも登場しました。 す玉やぼんぼりなどが会場を埋めつくし、 日から七日まで開かれました。 に訪れた市民の目を楽しませました。 色どり 上田東高の 鮮やかなく で八月五 夕涼

福祉事業に 行委員会様

▽市民チャリティゴルフ大会実 六十五万円 社会

▽大沢信雄様 電圧電源一基 ▽有第一無線工業様 市民会館へ スモーキン (小泉) 三千百十 防災無線用に 無線用定 十個

七円

社会福祉基金積立金とし

7

広報うえだ 63.9.1 【8】

をいただきました。

次の皆さんから温か

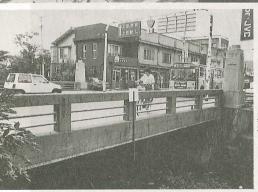
寄付





すずらん通りの 開通式(昭和4年)





当 矢出沢川の 、町方面 時の面影を残す瓢橋 へ向かう開通式の行列 瓢(ひさご)橋を渡って

お店が傾きかけたこともあった 写真、 祖母から聞いています。 義太夫に凝りすぎて、 特

理髪店と写真屋を 同 時

提供者 平林玲子さん (37歳·五加)

下房山で理髪店を開業。 人でした。 おじいさんは、 わいがってくれた調髪師のひ の生家 二年ほど前まで なかなかの趣味 私をか

た様子がうかがえますね。 もちろん私のひいおじいさんで、 との説明があります。 写真の裏には「房山獅子の行列」 の開通式の写真です。撮影者は 新しくできた。すずらん通り。 えた昭和四年、 の写真は、 市民こぞって開通を祝 原町 市制十周年を迎 大変な人 新田間に

屋を開業するほどだったそうで 髪店を営むかたわら、 ラブに所属。一時は、 当時の上田写友会という写真ク ては写真に熱中していたようで、 から昭和の初めにかけ 隣に写真 本業の理

ちょっと・・・ いい感してるよ

恒例の「ふるさとフェスティバル」が 今年も8月14日、川西公民館で開かれま した。すいか割り(=写真)、おばけの潜 む大迷路、カラオケ大会などが、家族連 れに人気を集めていました。

#### ▼消防第1分団 県大会でみごと優勝

8月7日、長野市で開かれた県消防ポ ンプ操法大会で、上田市消防団第一分団 がポンプ車操法の部で優勝しました。県 内の予選を勝ち抜いた14チームが出場。 ームは日ごろ鍛えた実力をあますと 優勝に結びつけました。



#### 10月12日から3日間

#### ■市の施設を見る会

例年、秋に実施している「市の施設を見る 会」を、今年は10月12日(水)・13日(木)・14日(金) の3日間行います。

日程や募集要領など詳細については、 16日号の「広報うえだ」をご覧ください。 ▶問い合わせ 秘書課(内線1112) 第2回

## 上田艺戦場

10月10日の \*体育の日、一上田古戦場ハーフマラソンで汗を流してみませんか? 昨年の第 | 回大会には、ちびっこからお年寄りまで約 |,400人が参加。今年も、3 \*』から20 \*』まで8 つのコースが用意されています。(コースは広報の9月16日号で紹介の予定)個人はもちろん、家族やグループでご参加ください。申し込みは、9月26日までです。



### 10月10日(月)

体育の日

午前10時スタート

(雨天決行)



大会シンボルマーク



#### 参加者を募集します(9月26日まで)

- ●主 催 上田市、上田市教育委員会、(財)上田 市体育協会
- ●共 催 信越放送
- ●主 管 上田陸上競技協会
- ●後 援 信濃毎日新聞社
- ●スタート 上田市民会館前を種目別にスタート (ゴールは上田市営陸上競技場)
- ●種 目 ①一般20\*。の部(高校生以上)
  - ②一般10\*。の部(高校生以上)
  - ③女子10\*。の部(高校生以上)
  - ④一般5 \*。の部(高校生以上)
  - ⑤女子5 \*。の部(高校生以上)
  - ⑥中学生5 \*。の部
  - ⑦50歳以上5 \*。の部
  - ⑧ファミリー3\*。の部
- ●参加料 一般2,000円、高校生以下1,000円(参

加賞、合戦弁当など含む)

●申込先 9月26日(用までに、上田市教育委員会内大会事務局(市役所4階)へ参加料を添えてお申し込みください。なお、小・中学生の参加は保護者の承諾が必要です。

● 照会は 大会事務局 (☎224100内線1751) へ



千曲川の古舟橋付近で(昨年)

# 市民ガイド

市役所の代表電話 €(22)4100

# 市民ふれあい広場を

市民一人ひとりが福祉問題にか開催します。

作品展」の作品展示をはじめ、 マとき 九月十五日/K敬老の 日 午前十時から午後四時 マ ところ 上田城跡公園総合展示 ところ 上田城跡公園総合展示 ところ 上田城跡公園総合展示



603)へ。 ②2025)か福祉課(内線1 日出までに社会福祉協議会(☆

## 「きのこ展示会」を

上小きのこ中毒防止推進協議会では、次により「きのこ展示会」を開催します。きのこの名前や毒きのこを覚えるよい機会前や毒きので、ぜひご来場ください。ですので、ぜひご来場ください。ですので、ぜひご来場ください。マところ 上田西武(四階)マところ 上田西武(四階)マところ 上田西武(四階)マは、次により「きのこ展示会、きのこ写真展

## 注意して…

もうすぐ、きのこシーズン。

次のことに注意して、きのこによる食中毒を防ぎましょう。 ①知らないきのこは食べない。 ②毒きのこを覚える。

## きのこ相談員

● 市きのこに深い知識をお持ちのかたに「きのこ相談員」をお願いしています。きのこに関するに関するのに(赤坂・☎億1390)▽ さん(赤坂・☎億1390)▽ を藤羽仁士さん(常磐町・☎290)▽ まが2121

●県きのこ衛生指導員 ▽大久保一海さん(常入・☎206584)▽内河泰長さん(五加・☎20658



# 啓発標語を募集

明るくきれいな選挙が行われ

225 · 1226

健所(☎31260)へ電話な

九月十九日川までに上田保

どでお申し込みください。

啓発標語」を募集します。 推進協議会などでは、次により を表標によりにと、上田市明るい選挙

▽内容 明るい選挙推進に関するもの ▽応募方法 はがきに標語(一人何点でも可)、住所、に標語(一人何点でも可)、住所、に標語(一人何点でも可)、住所、正標語(一人行さい。▽送付先 〒386 八月二十日(火 ▽その他 入選者全員に記念品を贈ります。入選者全員に記念品を贈ります。入選者全員に記念品を贈ります。入選者全員に記念品を贈ります。入選者全員に記念品を贈ります。入選者全員に記念品を贈ります。入選者全員に記念品を贈ります。入選者全員に記念品を贈ります。入選者を関いる。

# 住宅統計調査に が 力を

十月一日に、全国一斉に "住宅の国勢調査" ともいわれる住宅が計調査が行われます。このです。

調査員が、調査をお願いする お宅にお伺いします。調査は九月 力をお願いします。調査は九月 下旬からで、対象世帯は市内で 約四千世帯です。

東信地域 25日

東信地域地場産業振興協議会

品を一堂に集めた展示即売会を、

地域で生産される地場産

▼とき 九月二十三日金から ▼とき 九月二十三日金から 二十五日旧午前十時~午後六時 三十分 ▼ところ ほていや上 三十分 ▼ところ ほていや上 三十分 東京・即売品 田店(常田二)▼展示・即売品 井沢彫、農民美術、上田紬 ▼ 井沢彫、農民美術、上田紬 ▼ 本で、しょうゆ、漬物、軽 大のとおり開きます。

# 健康増進クリニック

### 勤労青少年ホ 教養講座に参加 な

しています。奮ってご参加

くだ

とおり開催します。

来館のうえお申し込みください。 受付時間は午後一時から同九時 ▽申込方法 ▽受講期間 ▽講座内容 業所に勤務する三十歳未満の人 対 ム (金2)7117) へ必ず 七日出までに、勤労青少年 十月から来年三月 別表のとおり 九月十二日川から 內在住 か、 市 内事

## クラブ員を募集

クラブがあり、 勤労青少年ホー クラブ貴を募集 ムには、 次 0

定員

12人

24人

12人

15人

10人

24人

12人

15人

15人

ス(金 さい。(カッコ内は曜日) ▽問い合わせ レーボール(水)、 (木)、七宝焼(木)、 卓球(火・金)、 22 7 1 1 7 勤労青少年 書道(木)、 絵画(火)、 ジャズダン 木 琴 15

### 緑の写真パネル展 開催し ます

の緑化を推進しています。 都市公園や街路樹、 市では、この月間にあわせて、 て「緑の写真パネル展」を次の 今年も、この行事の一環とし + 一月は 都 市 緑化月 生け垣など 間」です。

> 文化センター入口ホー 市 同二十八日金まで ▽展示会場 设所一 ▽展示期間 階ロビーおよび上田市 十月五日州から ルー 階

## "緑の写真"を募集

のふれあい ▽規格 を募集しています。 ▽題材 このパネル展に展示する作品 緑のある風景、 四ツ切(カ 緑と

応募作品は展示後、返却します。 画 十月三日月 ラー・モノクロ)▽応募期限 課 (内線1521) ▽その他 ▽提出先 都市計



### 第2回 市民綱引大会 参加チームを募 集

勤労青少年ホーム後期教養講座

裏

講座名

茶道教室

料理教室

茶道教室

生け花教室

和裁教室

料理教室

生け花教室

生け花教室

生け花教室

月

火

水

木

九月九日までに保健予防課へ。 婦人ボランティアが伺います。

基金等に関する法律が成立した

この

たび、

平和祈念事業特別 皆さん 内

干 家

家庭料理

江戸千家

古流崇顕流

家庭料理

月

草 月 流

草

池

②受講料(4,000円) のほかに材料費な

必要となる講座があります。

①時間は午後6時30分から8時30分まで。

 $\nabla$ 

とき

九月十五日休午前

6 か 月

流

坊

容

6か月

6か月

6か月

6か月

6か月

6か月

6か月

6か月

成们選手十人、監督・マネージ ▽チーム編成 部②女子の部③男女混合の部 市民体育館 マ種目 ①男子の 時三十分 一者、在学する高校生以上で編 (開会式) マところ ⑦市民、市内在

る人がいない場合、

こちらから

戦後、

ソ連・モンゴルで

強制抑留された

申し込んでください。 十四日州正午までに体育課 ーム二千円 人以上とする。マ参加費 一チ 0 四八〇\*以内とする。 男女混合 線1752) へ参加料を添えて 部は、男子四人以内、女子四 の部は五六〇\*、 一各一人以内とする的競技に し、選手八人の合計体重が男 ●申し込み 九月 女子の部は 内

### 第3回 寝たきり老人を かかえる家族の会

かれて行います。 今 回 は、、 同じ日に二会場に分

ぐい 内容 13 たきり老人をかかえる家族 時三十分から三時三十分 マと でに保健予防課(内線1376) 軽にできる老人の食事)、話し合 岸地区の皆さん)マ対象者 さん)②城南公民館(千曲川左 センター(千曲川右岸地区の皆 ころ ①市役所南庁舎二階保健 ▽とき 九月十二日 マその他 ▽持ち物 栄養士の話、調理実習(手 マ申込先 九月九日金ま 当日、 エプロン、手ぬ 介護をす (月午後  $\nabla$ 寝

## 火星が大接近 星空観望会を開

時三十分 中止(午後七時に決定)▽照会 二日休の二回、午後八時から九 者同伴で③雨天、 その他 ①時間内に自由にお越 に大接近する火星を観望 館天体観測室 >参加貴 無料 しください②小・中学生は保護 (秋)の代表的な星座を観望 マとき 九月十七日 ▽内容 ①十七年ぶりに地球 上田創造館(☎31111) ▽ところ 上田創造 曇天のときは 出と二十 2夏 V

今回は、火星観望のチャンス

#### 保健コーナー

保健予防課 (内線1374)

#### ■肺がん検診の受診者募集

対象者 40歳以上の人。次のいずれかに該当する 人には、特にお勧めします。①(1日の喫煙本 数)×(喫煙年数)が600以上の人 ②最近3か 月以内に血痰の出た人③1か月以上続くせきや 痰のある人④重クロム酸、石綿などを吸う職場 にいる (いた)人

検査方法 胸部レントゲン撮影、かく痰細胞診 受診料 500円。ただし、次の人は無料です。①70 歳以上の人および65歳以上で一定の障害があり 市長の認定を受けた人②生活保護法による被保 護世帯の人、市民税非課税世帯の人(②に該当 する人は、事前に保健予防課へ連絡を)

検査日程 11月上旬に各地区を巡回します。(申込 者には受診の日時などを個人通知します。

9月30日金までに住所、氏名、年齢、 申込方法 職業を電話、ハガキで保健予防課へ連絡を。

#### ■三種混合予防接種

三種混合予防接種を8月の1回目に続き、2回 目以降を別表のとおり行います。なお、1期の対 象者で、1回目を接種できなかった子どもさんも 予備日(11月9日・11日)まで含めますと3回で きますので、お受けください。

詳しくは、「広報うえだ」8月1日号をご覧くだ

#### 63年度(前期)三種混合予防接種日程表

△ +B タ	実施日		対象地区	
会 場 名	2回	3回	<b>为</b> 家地区	
塩田母子健康センター		10月	塩田地区	
川西社会福祉センター	日(火)	11日(火)	川西地区	
上田市保健センター (市役所南庁舎2階)	9 月 21	10 月 12 (水)	南部・北部地区	
上野が丘公民館	(水)		神科・豊殿地区	
上田市保健センター (市役所南庁舎2階)	9 月 27 日	10 月 18 日 火	西部・塩尻地区	
川辺町会館			川辺・泉田地区	
神川地区公民館	(火)		神川地区	
上田市保健センター (市役所南庁舎2階)	9 月 28	10 月 19 日 (水)	中央・東部地区	
三 好 町 会 館	日(水)		城下地区	

現に同 は六十歳 あること。 とする親 八件をすべて満たしている人 勤務場所を有する人で、 入居資格 家賃 三千円 み者のなくなっ  $\nabla$ 募 集団 居し、 (女性は五十歳)以上 族 ただし、 市内に在住 (婚約者を含む) または同居 から二万七百 ② 現 た市営 居 待 単身入居 ち に住宅 住 次 ま

部 上 町 田 地 セクター 坂 域 城 ム・ユ (上田 町) - 方式 0 市 テレト I を 丸子 0 E 町 T

の住民票と所得証 住宅は十六万二千円以 入が公営住宅入居基準 課にある申込書、 十月三十一日  $\nabla$ ることが明らか 理 は十万円以 申込期間 課 (内線15  $\nabla$ 品明書 下)に該 > 必要書 九月五 入居者全 な人 0 5 下、  $\nabla$ 類 H ジニア・プログラマー 日(木) 一学校卒業者②オペレーター(若 三十歳ぐらいまでの

管 から す

理

込

先

校以上卒業者で経験者③営業員 大学卒業者 (一名) = 三十歳ぐらい 名) = 三十歳ぐらいまでの高 送または持 から同十 健康診断  $\nabla$ 七日 応募方法 書を当社あてに 試 (土) 験方法 までに履 までの 九月

ム・ユー」では、 方式により設立され を実現するため、 次により た「テ 一セク

市営住宅の

補充入居者を募

種 収

一種住宅

る人

募集職種 を募集します。 ①システ 4 工

大学、 (若干名 9月8日 野県 展 15 を開

▽展 五日 般 V 中学生 示作 工 五. 期 (木) 百 間 円 品  $\nabla$ 会  $\nabla$ 九 入場料 月八日 日 高 本画 大学生 F. 田 (木) から 当 創 洋 三百 日 画 造 同 円

4 田 定による 市秋 類 7 V 選 一営業課( 和五三一一七  $\nabla$ 心募先 勤 記 7 務条 22 7 4 7 1 験 (株) 〒 作 当 文、 上

万円 してい とともに、 その か の慰労金を支給することと ないかたには、 遺族に慰労品を贈呈する 年金恩給などを受給 後強 制 抑 さらに十 留者

また

なりました。 接送付してください 球は、 請 求書類を添えて左記 昭 和六十八年三月 (請求書

類は社会課にもあります)。

問い合わせと送付先

1112 東京都文京区大塚五 平和 祈 03-念事業特別

基金

※受付時間は各会場とも午後1時30分から2時30分

# 中小企業の皆さん



にすることを目的としてつくら 職金を支払うことができるよう の援助で大企業と同じような退 つことが困難な中小企業に、国 共済制度)は、退職金制度をも 中退金制度(中小企業退職金

> ▽掛金の一部と制度の運 ▽月々少額の掛金で、 きます。 態にあった退職金づくりがで 国の制度ですので、 実です。 企業の 安全・ 営費は、 実 確

玉 金制度の特色 の制度です。

▽福利厚生施設を設置する場合、 ▽掛金は税法上、損金・必要経 その資金を融資します。 費として全額免税になります。 国が負担します。

掛金の種類

り)に申込金を添えて、金融機

●問い合わせ します。

ろ 上田市民会館 ▽内容

いぐるみミュージカル

西遊 2

加入の手続き 所定の申込書(金融機関にあ 一種類があります。

額六百円限度)を事業主に補助 三年間、掛金の二〇% (一人月 関へ申し込んでください。 ●市が掛金の一部を補助 補助金額は、加入した日から

411)、中退金の退職金相談コ 1+103 03 (436) 4351 労政課 (内線1

材木町

山浦すみえさん 関 文五助さん 若林万良さん 小川 滉さん 田 米津 晃さん 横尾静子さん 湯本和好さん 矢島よね子さん 真下みゆきさん 笠井国男さん 萩原志げさん 新村 一さん 吉池今朝太郎さん 院内 板橋はるのさん 若林すゞさん 沢辰雄さん 丸清二郎さん 緑が丘西 下青木 松尾町 丸堀町 染屋 常磐町 伊五踏院 大手町 越 上本郷 勢山 加 屋 八四 五五五 八四 六七 0 山崎一千代さん 岩井政二さん 戸島 村山まちよさん 樋口繁信さん 向田陽介さん 中沢文吾さん 入江好子さん 永井かつへさん 小池とりせさん 荒井トシさん 桜井とみさん 児玉重俊さん 寺沢福江さん 今井けさしさん 小林 長谷川袈裟雄さん 政利さん 悟さん 塩田 上紺屋町

三九

月額三千円 から二万円までの

子どもショ

三十分から三時三十分 マとこ を開催します。 もショー「こんにちは中電です マとき 九月十日 中部電力では、 ぬいぐるみ ミュー 次により子ど 3 出午後 カ

孫悟空の大冒険」 64 年、歌会始の お題は「晴」に

▽詠進の期間 九月一日伙から 半紙(和紙)とし、毛筆で自 一首 ▽詠進要領 (1)自作の歌で一人 の詠進歌を次のとおり募集して います。 春、 (未発表のもの)(2)用紙は 宮中で開かれる歌会始

鍛冶町 中之条

新町

総務課  $\nabla$ 田区千代田一番一号 宮内庁」 十月十二日月まで ▽送付先 「〒100 問い合わせ 上小地方事務所 、封筒に「詠進歌」と明記 (23) 1 2 6 0 ) 東京都千代

七五

第3日曜日は「家庭の日」

西野竹 三好町 緑が丘 上室賀 仁古田 川辺町

今月は9月18日です。

高橋政江さん 坂口利興さん

宇津野伴子さん

栄さん

六川文一郎さん

八四

六六

藤とめさん 田さくさん 沢悌一さん 沢喜弥蔵さん 一沢しづ江さん

材木町

八七

田里子さん

塩入徳由さん

奈良尾

八七

西 上

一室賀

木雄司さん

笹

七

宮島むつさん 松沢作平さん

下本郷

孝和さん

辺

南

E 天神町

八四

田キョさん 1根福市さん ,林頼雄さん

芳子さん

内

六〇 九八 七四 福をお祈

1)

ます。

戸島久雄さん 大沢国康さん 柳沢タツさん

金

七月届

け出

分

くやみ

池田ふじよさん 今井幸太郎さん

八木沢

訪

形

御所

村溜さん

手

塚

六三

西