

地域協議会委員	2
男女共同参画	4
イベント・ナビ	8
情報あ・ら・かると	8
国保の出産一時金	19
不用品交換	19
各施設イベント紹介	20
インフルエンザ委託医療機関	21
11月の乳幼児健康診断・予防接種	22
11月の相談コーナー	24

平成18年/2006

No. 14

10.16

編集 上田市秘書課

〒386-8601長野県上田市大手1-11-16

☎0268・22・4100 FAX.0268・23・5111

お知らせ版



上映「博士の愛した数式」市内ロケ：ルートが所属する野球チーム



上映「嫌われ松子の一生」市内ロケ：松子が勤めた中学校



展示「犬神家の一族」市内ロケ：犬神家の裏門

節目の10回を迎えた今回は、上田ロケ作品の上映を中心に、ロケ地上田にまつわる様々なイベントを企画しています。ぜひお楽しみください。

日時 11月11日(土)10:30～

12日(日)10:30～

会場 上田文化会館

内容

- 邦画上映会(上田ロケ作品／「嫌われ松子の一生」、「けんかえれじい」、「博士の愛した数式」、「恋する日曜日」。その他／「名探偵コナン 探偵たちの鎮魂歌」、「ALWAYS三丁目の夕日」など)
- 自主制作映画コンテスト表彰・上映
- FUMFAM(コンサート&上田ロケPV上映)
(開催／10日(金)、会場／上田映劇、出演／スミルース、今野英明と東京ランデブー♪)
- シンポジウム
- 上田ロケ写真展(10日(金)～12日(日)／「犬神家の一族」など)

上映会鑑賞券

1日券／一般1,500円(当日1,800円)、大学・高校生800円、中学生以下500円
(販売／上田映劇、上田でんき館、琴光堂、平安堂、上田文化会館、上田創造館、上田市マルチメディア情報センター、市内各地域教育事務所・教育委員会)

ライブ鑑賞券 一般3,000円、学生1,500円
(販売／文化振興課へ直接お問い合わせください)

問 市文化振興課 ☎23・5102

ホームページ <http://www.umic.jp/2006/eigasai/index.html/>

第10回うえだ城下町映画祭

上田市地域協議会委員が決定

住民の皆さんの意見を市政に反映させるとともに、市民と行政との協働のまちづくりを目指して、各地域自治センターに設置される「地域協議会」。この地域協議会で、各地域の重要事項などを審議していただく委員の皆さんが、各種団体の推薦や一般公募などにより決定しました(五十音順／敬称略)。

■上田中央地域協議会

岡田 恵美子(みすず台北)
荻原 寿恵(山口)
金子 通子(国分)
河野 重美(袋町)
北川 博(岩下)
栗俣 哲郎(上常田)
小林 正幸(北天神町)
白石 武夫(大屋)
田口 一朗(材木町)
竹内 英一(上沢)
中澤 正博(鷹匠町)
中澤 裕嗣(木町)
那須野みつ子(新田)
箱山 晶子(下常田)
畠中 俊哉(原町)
林 貞夫(新田)
前澤 きよ子(材木町)
三吉 治敬(大手町)
山内 春美(新田)
山極 規恭(松尾町)

■上田西部地域協議会

表 祥子(下紺屋町)
金井 嘉郎(秋和)
小林 貞巳(緑が丘西)
菅沼 性一(上塩尻)
鈴木 永(新町)
竹内 健三(新町)
中沢 宮彦(秋和)
称津 昌子(緑が丘西)
野口 喜久子(緑が丘北)
原 有紀(上塩尻)
藤澤 啓二(秋和)
松本 義之(新町)
丸山 正一(生塚)
宮尾 秀子(秋和)
宮下 正一(下塩尻)
村山 つね(緑が丘北)
母袋 元(西脇)
森泉 津や子(新屋)
横沢 孝子(常磐町)
和田 弘実(城北)

■上田城南地域協議会

石井 孝二(半過)
石黒 政子(吉田)
石坂 陽子(諏訪形)
井出 淳(御所)
岡部 光夫(小牧)
掛川 廣雄(下之条)
木内 かず子(諏訪形)
酒井 喜良(御所)
竹内 順一(吉田)
竹内 秀夫(御所)
竹田 貴一(中之条)
田中 明(神畑)
田中 千寿子(中之条)
中島 明(御所)
中村 實(上田原)
西川 朋子(吉田)
西川 善和(吉田)
増田 篤子(福田)
丸山 一郎(小牧)
宮崎 昭子(川辺町)

■神科・豊殿地域協議会

赤羽 湯子(伊勢山)
浅川 玲子(野竹)
井出 忠順(笹井)
井出 規子(笹井)
神本 隆(伊勢山)
香山 裕(岩門)
柴崎 紀佳(矢沢)
柴崎 義和(下郷)
清水 一夫(下吉田)
杉崎 斌(町吉田)
杉崎 芳久(下郷)
鈴木 良子(大日本)
田中 公雄(町吉田)
土屋 勝浩(長島)
半沢 悦子(長島)
樋熊 美榮(西野竹)
満木 洋子(大日本)
邑田 庄治(神科新屋)
柳澤 郁之(大日本)
山口 正浩(長島)





■塩田地域協議会

大口 義明(手塚)
岡村 徹(分去)
工藤 六郎(下組)
小山 幸(手塚)
佐藤 恵子(学海北)
塩入 秀敏(奈良尾)
竹内 敬吾(中野)
竹内 幸雄(東前山)
中沢 英介(下本郷)
西澤 初枝(下之郷)
林 正道(平井寺)
平林 玲子(五加)
南 すみ子(五加)
峯村 文子(富士山中組)
宮入 英夫(下之郷)
宮沢 英昌(五加)
山極 恵子(富士山中組)

■川西地域協議会

若林 悦郎(院内)
若林 陽子(中野)
渡辺 ケサエ(上小島)

池田 益雄(岡)

稲垣 雅子(越戸)

上村 忠徳(ひばりヶ丘)

内久根賢彦(仁古田)

奥谷 けさ江(藤之木)

久保田武嗣(下室賀)

小泉 寿彦(浦野)

鈴木 博子(ひばりヶ丘)

滝澤 眞弓(上室賀)

多田 雅文(浦野)

西澤 邦子(上室賀)

西沢 良信(上室賀)

長谷川尚賢(小泉)

松田 順子(藤之木)

丸山 一雄(小泉)

水沢 宏(岡)

宮沢 広一(浦野)

宮下 昭夫(越戸)

柳沢 奈津代(下室賀)

山崎 正(仁古田)

■丸子地域協議会

阿原 孝之(下長瀬)

生田 淳一(西内)

石子 美奈(中丸子)

浦 芳照(八日町)

片桐 久(海戸)

倉沢 史子(中丸子)

齋藤 繁子(西内)

櫻井 誠(辰ノ口)

砂子 守(狐塚)

■真田地域協議会

高山 静江(御嶽堂)

瀧澤 常久(荻窪)

武井 純雄(沢田)

土屋 猶子(海戸)

中西 国子(下和子)

中村 貢(飯沼)

成澤 啓輔(中丸子)

成澤 みつ子(町組)

原 信夫(坂井)

柳原 幸生(下和子)

吉池 袈裟保(飯沼)

飯島 泰明(上原)

一本鎗武志(下原)

今井 良明(菅平)

上原 和彦(菅平)

大久保秀則(大日向)

大久保芳美(大日向)

大熊 邦子(真田)

桑田 まなみ(菅平)

小金 敏展(竹室)

坂口 恒子(下横道)

佐藤 和雄(大日向)

佐藤 博(傍陽中組)

清水 悦子(菅平)

清水 潤(下原)

橋詰 邦男(町原)

花岡 静枝(横尾)

宮崎 正三(横尾)

宮下 蘭子(真田)

山崎 隆喜(菅平)

山崎 寿雄(大畑)

■武石地域協議会

新井 繁雄(七ヶ)

井出 守雄(西武)

伊藤 静子(鳥屋)

伊藤 隆子(沖)

内田 安博(鳥屋)

柿島 祐子(市ノ瀬)

北沢 直美(余里)

清住 章雄(小沢根)

清住 隆幸(片羽)

小山 洋江(片羽)

桜井 敏昭(小沢根)

桜井 美枝(上小寺尾)

高田 忍(鳥屋)

滝沢 潔(沖)

滝沢 幸彦(鳥屋)

竹内 新蔵(余里)

橋詰 真由美(藪合)

松井 幸夫(七ヶ)

松代 典之(七ヶ)

依田 せつ子(七ヶ)

問 市自治振興課

☎ 22・4100 (内線1212)

仕事も家庭も、両方とも大事だから：

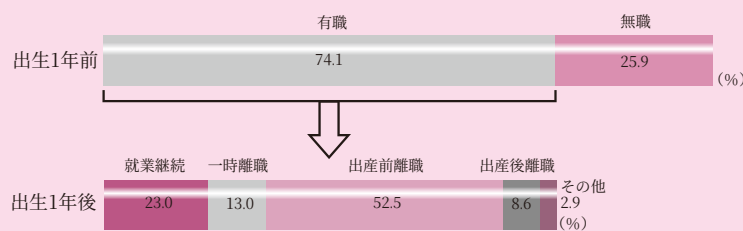
仕事の時間と家庭の時間、あなたはバランスが取れていますか？
まわりの方はどうですか？この機会に見つめなおしてみよう。

女性

仕事をしながらの子育ては難しい？

働く女性が増えたと感じる方も多いでしょう。しかし、出産してもそ

図1 第1子出生1年半後の就業パターン



(備考) 1. 厚生労働省「出生前後の就業変化に関する統計(人口動態統計特殊報告)」(平成15年度)より作成。

2. 就業パターンの分類の定義は以下のとおり。

就業継続: 出生前後を通じて一貫して有職の者

一時離職: 出生前に有職であったが、出生を機に一時的に離職し、1年半後には有職の者

出産前離職: 出生前に有職であったが、出生時には無職となり、出生後も無職のままの者

出産後離職: 出生前、出生時には有職であったが、出生後のいずれかの時点で無職となった者

男性

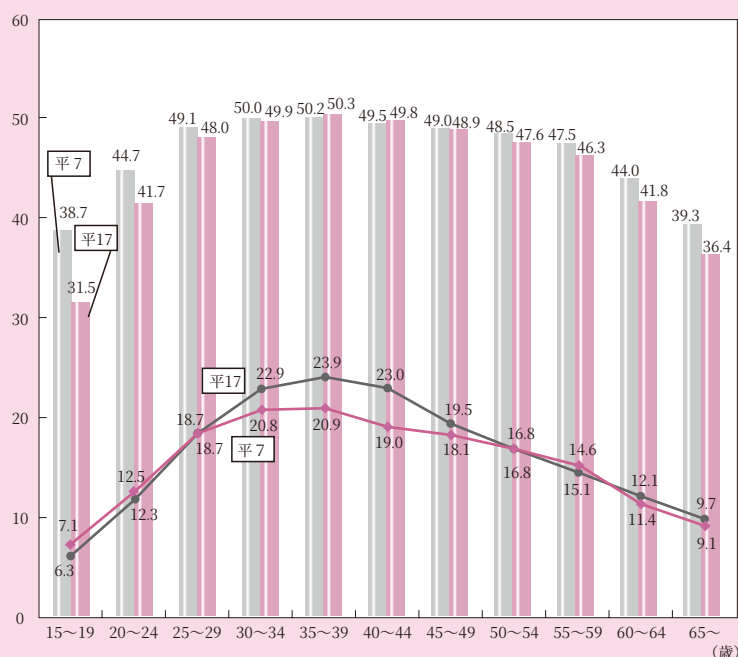
労働時間が長すぎる？

10年前と比べて、男性の就業時間はほとんど変化していませんが、週60時間以上働いている人の割合はむしろ増加し、特に子育て期にあたる30代の男性の労働時間が最も長くなっています(図2)。労働時間の長さから子育てにかかわれず、悩む男性も増えています。

子育てをしている・いないにかかわらず、余暇や地域活動をして過ごす時間は、人間らしい生活を営むために必要です。「仕事と家庭を考える」ことは、だれにでも必要なことではないでしょうか。

昨年、シナノケンシ(株)がファミリー・フレンドリー企業長野労働局長賞を受賞しました(※1)。子育て

図2 男性の年齢階級別就業時間(非農林業)



■ 平成7年男性平均週間就業時間(時間)

■ 平成17年男性平均週間就業時間(時間)

◆ 平成7年男性従業者に占める週60時間以上就業の割合(%)

◆ 平成17年男性従業者に占める週60時間以上就業の割合(%)

(備考) 総務省「労働力調査」より作成

※1 仕事と家庭を両立できる制度を設けており、柔軟な働き方を選択できるよう取り組んでいる企業を表彰する制度。厚生労働省。

をする社員はもちろん、職場の協力や人事のプロジェクトチームの地道な努力で、過去数年にわたり、育児休業取得率、同復帰率100%を達成しており、そうした取り組み実績が評価されました。また、今年度は地元の子育て支援団体の「ぱれっと」や「パム」などの連携で、数々の子育て支援活動の企画や支援を行っています。

座談会

わたしたちの「両立」

～おとなも子どももゆとりを持って～

会社も制度も変化。
利用しやすい環境に。

■ 各々の育児と仕事とのかかわりを
教えてください。

工藤 ルミさん
(資材調達)
私が、3度目の育児休暇(＊1)から復帰したのは今年です。

現在は、朝10分の時差出勤(＊2)を利用していますが、最初の育児休暇は13年くらい前でした。当時は出産を機にやめる女性社員も多く、利用の前例がありません。

く、正直不安でした。時差出勤などの制度もまだなかったと思います。

■ 戴下 私の場合は、昨年仕事に復帰しました。今は短時間勤務の制度(＊3)を利用して、終業時間を1時間早めています。保育園のお迎えには、あまり延長せずに行くことができます。

育児休暇を利用して仕事に復帰する女性が今は常識となっていて、ですので、まわりからの情報も多いです。

工藤 ルミさん
(資材調達)
3人の子育てに奮闘して、3回とも無事職場復帰できました！将来は…
【家庭】子どもが成長したら、家族でいろいろな場所に旅行したい。
【仕事】資材調達分野のスペシャリストになりたい。

小林 昭さん
(開発設計)
もっと積極的に子育てにかかわりたい。「すてきなパパになるための講座」受講中！将来は…
【家庭】子どもの悩みを、何でも聞けるお父さんになりたい。
【仕事】これがパパの仕事だと、自身を持って誇れる独自の新しい技術を開発し実績を世に残したい。

やぶした 戴下 民子さん
(営業、購買)
育児休暇の後に復帰できる場所があることで、初めての育児中の不安が軽くなりました。将来は…
【家庭】近い将来の目標は家族全員で海外旅行がしたい。
【仕事】営業の受注管理分野でのスペシャリストになりたい。

し、人事への相談でも産前・産後休暇と育児休暇について、とてもいい説明してくれました。職場でも不安はありませんでした。職場でも直属の上司からは、休業中の引き継ぎや職場の体制など詳しい話をしてくれ、安心できました。

工藤 今後は制度面も職場の体制も整っている当社ですが、初めての育児休暇では、まだ復帰後のフォロー制度も十分ではなく正直不安でした。

しかし、9年前に2度目の育児休暇を取得したときは、人事に専門の担当が決まり、バックアップ体制もできはじめ、育児支援に関する職場の見方も変化してきたように思います。現在は、職場復

帰のための講習(＊4)も充実している。復帰しやすくなりました。私が3人の子育てをする間に、世の中の考え方も会社の制度や体制、雰囲気かなり変化しました。というのが実感です。

ということで当社では女性の育児休暇は、すっかり定着していますね。

■ 男性の場合の育児へのかわりはいかがですか。

小林 男性がこうした育児休業制度を利用して、子育てにかかわるのはまだまだめづらしいかもしれませんが、社内にはすでに利用された男性が何名かいましたので、利用についてわからないとか、利用しにくいといったことはありませんでした。

制度が設けられているためか、男性側の子育てに対する意識の変化なのか、私の場合の時差出勤についても少しずつ利用者が増えていくように思います。

戴下 ご夫婦で勤務している先輩方も多くて、奥さんが育児休暇を取ったり、旦那さんが時差出勤を利用したりしているのを通じて、理解が広まりやすくなっているのかもしれない。

小林 現在は妻が2人目の育児休業中なのですが、復帰したら、また私が時差出勤を利用したいと思っていますよ。

■実際の仕事と子育ての「両立」の様子はいかがですか？

小林 私の場合は朝遅く出勤し、夕方は妻が定時で帰れるようにしたので、子どもにとっては必ずどちらかの親と一緒に過ごすことができる環境が作れました。私も妻も同じ時間に出勤しようとする、子どもを保育園に預ける時間が早くなってしまい、せかして連れて行かなければならないので、子どもにも親にも、時間と心のゆとりができてよかったと思います。

それに、自分の子どもが昼間過ごしている保育園の様子を実際に垣間見ることができ、成長の喜びというようなものを実感しています。

敷下 仕事がどうしても終わらずにお迎えが遅くなったときは、子どもに負担をかけてしまったなあ、と思います。逆に子どもの病気などで会社を休んだときは、まわりのみんなに負担をかけ申し訳ないと感じます。

育児と仕事の両立は大変なときもあります。夫の協力や職場の上司の励まし、同じ立場のお母さんたちとのコミュニケーションで乗り越えてきました。

支えてくれる職場の皆さんのことを思うと、勤務時間短縮制度を利用しないでがんばるべきなのかなと思うこともあります。でも、制度を利用せずに延長保育で預けた場合、子どもが1日の半分を家

以外の場所で過ごすことになってしまいます。

早く帰り、ごはんを食べてお風呂に入って寝るという、当たり前の日常生活の中で子どもが育ち、良い習慣も身につくように、できる限りのことをしてあげたいので、やはり両立しやすい制度はありがたいです。

工藤 迎えに行ったとき、子どもが言うことをきかなくて困ることもあります。でも、子どもだって家以外の場所で何時間もがんばっているのだし、さみしかったんだと思います、話を聞いたり、甘えさせてあげるようにしています。

私も、今まで時差出勤を利用せずにやってきたのだし、利用しなければそれで済むのかもしれない。でも、自分だけの負担ならがまんできても、結局子どもがまんなすることになるのかもしれないので、せっかくある制度を利用しようと思ったのです。

遅く帰ると、親も子どもも余裕がありません。わずか10分の時差出勤が、一体どれだけ効果があるんだと思われるかもしれませんが、3人の子育てをしてきた経験則として、働き方を柔軟にして、子どもと一緒に過ごすことの大切さにあらためて気付きました。

小林 そうですね。特に、平日は子どもとゆっくり接する時間がなかなかとれません。だからこそ、勤務時間をずらして、朝一緒に通園

する時間を少しでも多くとれることが、大切だと感じます。

私の時差出勤の1時間は、子どもの生涯に必ずやプラスに影響するんだと信じています。

■お話を伺って、仕事と子育ての両立の大切さを改めて実感しました。これから望むことについていかがですか。

敷下 会社の外では、「こんなに幼いのはどうして保育園に預けるの？」とか、「かわいそう」と言われたこともあって、自分がおかしいのかな、子どもに対して愛情がないのかな、と不安に感じたこともありました。

当社では常識であっても、まだ世間一般には子育てと仕事を両立することが一般的ではないんだと思います。育児で休んだり、早く帰ることがあっても、遊んでいるわけではないので、社会全体がそれを理解してくれると、働きながら子育てする人の気持ち楽になると思います。

それから、これは行政の皆さんへお願いですが、保育園に入園できるのかどうか、復帰までにもっと余裕をもってわかればよいなどと思います。

工藤 私は、育児休暇を利用して職場復帰した、先駆者的存在になつてしまったのですが、後に続く人たちがそれに続いてくれ、社会も徐々にその方向に向かっていく

ことがうれしく思います。もっともっと、自然に世の中に定着してほしいと思います。

小林 女性の働く現状を日本全体でみると、当社はだいぶ両立しやすい体制が整ってきていると感じました。

男性が育児休業をしっかりと取るというところまでは至っておりませんが、一足飛びに休業まで行かなくても、いろいろな形で男性が育児参加できるようになればいいと思いますし、当社から少しずつでも、周りに影響を与えられればいいなと思いました。

親の働きやすさだけではなく、子どもの時間を大切にしながら成長につながるという意味でも、両立しやすい環境づくりは欠かせないのでですね。企業だけ、行政だけががんばるのではなく、社会全体で一緒に制度を整えたり、理解を深めたりすることの大切さも、見えてくるのではないのでしょうか。

- (※1) 育児休暇(休業) …最大で1年半取得できる(2回に分割可)。産前・産後休暇とあわせると、1年9か月取得できる。
- (※2) 時差出勤…始業・終業時間の繰り上げ、繰り下げ措置。
- (※3) 短時間勤務…所定労働時間の短縮措置。子どもが1歳になるまで。*2・3は平成4年の育児休業等に関する規定策定時より導入。
- (※4) 復帰のための講習…復帰プログラム。

インタビュー



「真の資産は人」

トップに聞く
時代の変化に合わせ、
多様な能力を生かせる働き方を

代表取締役社長

金子 元昭 氏

■シナノケンシの基本理念の中には、「真の資産は人であり社員の魅力を大きくすることを目標とする」という内容がありますが、企業としての子育て支援、仕事と家庭が「両立」できる職場環境づくり等の取り組みは、この基本理念にも当てはまるのでしょうか。

—ご指摘のとおり、当社は人を大切にすることを経営理念の基本にしています。社員や社会のニーズへの対応、時代要請としての次世代育成支援、両立支援等への取り組みは、とても大切な事だと認識しています。同時に、時代とともに人に求められるニーズそのものが変化するわけであり、企業はその変化に対応できる柔軟な姿勢がなければならぬと思います。

■その変化とは、どのような変化ですか。

—世の中の動きとして産業の空洞化という現象がありました。その間、日本のものづくりにおいて人材に求められるものは、大きく変化してきました。

当社もだいたい以前は、国内でも

労働集約型と言われる作業性の高い仕事が多く、手足を使いたいいわゆる「人手」としての人材を必要としていました。近年そうした仕事は中国・タイ等海外にシフトし、それに代わって最新の技術力や、新しい商品を生み出す企画・マーケティング力、高度な熟練を要する技能といった知識やスキルを持った人材の必要性が高まって来ました。

また国際化、グローバル化の中で、自分自身のしっかりした考え方やアイディア・発想を持ち、色々な人々とコミュニケーション出来る力が必要になっていきます。

■企業として子育てや家庭と仕事の両立支援を行う事の意味はなんでしょう。また、変化の中で企業に求められる点はどのようなことですか。

—少子高齢化の進展や2007年問題の影響は今後、深刻な労働力不足を生むことが必至と言われています。一方で、フリーターやニートの問題もあります。そのような中、一言で言えば、企業に

ほかにもみんなの子育て応援に取り組んでいます。

◆子育て応援のページ

「おかあさんといっしょ おとうさんといっしょ」

<http://www.skj.co.jp/kids/index.html>

地域に限定されない幅広い情報提供で、市外から通勤している社員はじめ、どこに住んでいる方でも「子育て情報がわかるようなホームページがほしい」そんな思いから、市内NPOとの連携で子育て支援サイトを開設しています。

◆「すてきなパパになりたい人のための講座」

(全6回)

座談会の小林さんのお話でも出てきた講座です。県内初の男性向け子育て講座、ということで注目されています。もちろんママだけの参加もOKで、すべて託児付。途中からの参加、1回のみ参加も可。

今後の日程／10月28日(土)、11月25日(土)、1月(決まり次第お知らせ)、会場／シナノケンシ(株)上田事業所会議室

☎ ばれっと宮尾 ☎090・8873・6749

シナノケンシ人材開発グループ ☎41・1877

は雇用の多様性を尊重する姿勢、いわゆるダイバーシティ的な志向が求められていると思います。

企業としても、社員の働きに求める価値観が変化しています。単に長い時間働ける人が良いという事ではありませぬし、性別や年齢・障害の有無に関わらず、本当に力のある人、やる気のある人、結果を出せる人が安心して働ける職場を提供できなければならぬのではないかと思います。

より良い職場環境づくりと言っても、働き方はそれぞれの個人の考え方がありますし、とにかく選択肢をたくさん用意し、働き方を

選べる多様な雇用形態で、色々な人々の能力を生かし、より多くの人々が新しい技術や商品を生み出し続けられる環境づくりが必要だと思っています。育児をしながら働く社員を応援し、能力発揮の場を用意することも多様性の一つであると思っています。

新しい上田市の中で、当社もそうした地域における雇用環境づくりの一翼を担っていく責任があると感じていますが、この分野は私たち一企業の努力だけでは難しい問題です。地域の皆さんとの連携で、地道に取り組んで行くべき分野ではないでしょうか。

情報 あ・ら・かると

市 上田市役所
tel 22-4100 (代) fax 25-4100 (代)
真 真田地域自治センター
tel 72-2200 (代) fax 72-4140 (代)
丸 丸子地域自治センター
tel 42-3100 (代) fax 43-3666 (代)
武 武石地域自治センター
tel 85-2311 (代) fax 85-2313 (代)

●日時 11月12日(日)午後1時30分
3時30分
5分間意見発表会。
へ「私はこう思う!」新上田市のまちづくり」16万人住民あなたが主役の

「私はこう思う!」 新上田市のまちづくり

催し
Information a La Carte

●場所 上田市民会館大ホール(どなたでも5分間の意見発表ができます)
●内容 今年、新上田市に生まれ変わり、各地域で長い時間をかけて育んできた個性を活かしたまちづくりのあり方を多くの皆様と浮き彫りにしていきたいと考えます。
●意見発表会実行委員会(串中)
☎22・0529

●日時 10月31日(火)午前10時30分
正午
●場所 高齢者福祉センター
●対象 市内在住の60歳以上の方などなたでも
●その他 軽い運動のできる服装でおかけください。
●高齢者福祉センター
☎22・4119

高齢者福祉センターの ニュー・スポーツ

イベント ナビ 10月23日~11月7日 Event Navi

日付	行 事 名	問い合わせ先・関連ページ
23日	●市民訪中(~29日)	上田日中友好協会(池上) ☎25・3360
24日	●農業所得の 収支計算説明会(丸子)	税務課 ☎23・5115
	●点訳ボランティア 入門講座(~12月26日)	ボランティアセンター ☎25・2629
	●市長「ふれあい談話室」(武石)	秘書課 ☎22・3435
26日	●第25回 丸子四季の里総合文化祭	丸子公民館 ☎42・3147
	●消費生活大学(~12月14日)	上田消費生活センター ☎27・8517
	●別所線利用促進シンポジウム	別所線電車存続期成同盟会 ☎22・4100(内線1509)
	●道と川の駅秋祭り	⇒ P10
	●景観ウォーキング武石編	⇒ P10
28日	●庭木の剪定講習会	公園緑地課 ☎23・5134
	●森の学校 I	農林課 ☎23・5122
	●みどりが丘まつり(病院祭)	⇒ P9
	●信州大学マンドリンクラブ 定期演奏会(11月3日も)	マンドリンクラブ(田中) ☎090・9666・1845
	●大規模小売店舗説明会	⇒ P15
	●狂犬病予防接種(丸子)	生活環境課 ☎23・5120
29日	●第9回 千曲川クリーンウォーク	管理課 ☎23・5129
	●農業所得の 収支計算説明会(豊殿)	税務課 ☎23・5115
31日	●上田低肺友の会	⇒ P16
	●ニュー・スポーツ	⇒ P8
1日	●体操と温泉を楽しむ会	健康推進課 ☎28・7124
	●エンパワーメントセミナー	⇒ P14
2日	●出石 お城まつりへの旅(~4日)	観光課 ☎23・5408
	●モンゴリアン・ アクロバティック・サーカス	⇒ P10
	●ストリートバスケット 3 on 3	体育課 ☎23・5105
5日	●ウォークラリー	⇒ P10
	●上田図書館まつり	⇒ P9
	●保育園入園受付(~9日)	保育課 ☎23・5132
6日	●公立幼稚園入園受付(~9日)	丸子教育事務所学校教育課 ☎42・1044
	●菊花大会(~8日)	⇒ P10
7日	●計量器の 無料精度診断(~10日)	⇒ P16

※参加申込みが必要な催しもありますので、必ずお問い合わせください。

情報あ・ら・かると

信州国際音楽村合唱団 VPG2006年公演

音と吹きで綴る「蝶々夫人」

●日時 10月21日(土)午後7時～
10月22日(日)午後2時～

●場所 上田市文化会館ホール

●内容 明治時代の長崎。アメリカの海軍中尉ピンカートンは、乗艦が長崎に寄港した機会に、現地妻として芸者だった蝶々さんを身請けする。そして……。時代の激流に翻弄された一人の女。それが蝶々夫人……。

●入場料 A席2000円
B席1500円

●入場券取り扱い 琴光堂、信州国際音楽村

●音楽村事務局 ☎42・3436

上田図書館まつり

事前申込みは不要です。当日会場にお越しください。

◆講演会「子どもに本の楽しさを」

●日時 11月5日(日)午後1時30分～3時

●講師 伊藤明美さん(浦安市立中央図書館職員)

◆折り紙教室

サンタローズ、リース、ツリーを作ろう。

●日時 11月11日(土)午前10時～11時30分

●講師 油井理恵子さん(日本折紙協会講師)

◆本のリサイクル市

図書館で除籍した本や、家庭から提供いただいた本を希望者に無料で譲ります。家庭で不要になった本(絵本・児童本大歓迎です。全集や百科事典は除きます)がありましたら、当日会場までお持ちください。

●日時 11月11日(土)～15日(水)午前9時30分～午後4時(最終日は3時まで)

●場所 2階大会議室

創造館会場での本のリサイクル市・11月25日(土)午前10時～正午

上田図書館 ☎22・0880

長野病院の催し

◆みどりが丘まつり(病院祭)

●日時 10月28日(土)

●場所 長野病院エントランスホール他

●内容 午前10時～職員の絵画等作品展／午後1時30分～上田市民吹奏楽団のフルートコンサート／午後3時～市民公開講座「安全な妊娠・出産のために」～昔から今へお産はどう変化しているか～

講師 産科医長 吉田清さん

◆りんどう祭(付属看護学校学園祭)

●日時 10月27日(金)・28日(土)午前10時～午後3時

●場所 長野病院付属看護学校

●内容 寸劇、バザー、作品展示、茶道、献血(27日のみ)等
長野病院 ☎22・1890

新上田市元氣プロジェクト主催

第1回上田市

アレック?トゴルフ大会

●日時 11月12日(日)午前9時～午後1時

●場所 武石森林公園マレットゴルフ場

●内容 マレットゴルフをベースにした一風変わったレクリエーションゲーム。3人一組で一つのボールでプレーします。27ホールをラウンド。9ホール程度に通常ルールとは異なるコースを設けます。

●参加資格 小学生以上の上田市民。チーム3人の合計年齢が150歳以下。

●参加方法 インターネット、FAX、郵送による申込(申込書は各公民館などに設置。締切は10月27日必着)

●定員 50組(3人1組でお申し込みください。出場者には連絡通知)

●参加料 1人1000円(小中学生は500円)／コース利用料、うつしの湯利用券、食事、傷害保険料含む。用具は無料貸出)

●表彰 優勝3位、飛び賞、特別賞、個人賞などに上田市に關係する賞品を多数用意。

新上田市元氣プロジェクト(木口博文) ☎39・1901
またはホームページ「新上田市元氣プロジェクト」で検索してください。

新生上田市誕生記念事業 お蚕さま祭りvol.4

“第18回全国龍馬ファンの集い” in うえだ

○「特別展 幕末の志士坂本龍馬がなぜ上田に！」—三吉家資料の展示

●日時 11月8日(水)～13日(月)午前10時～午後4時

●場所 上田創造館美術室

○「前夜祭」トーク&ライブ

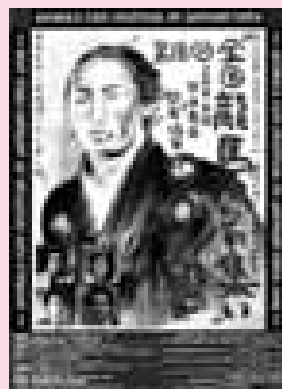
講演 ジェームス三木氏「わが心の龍馬」

コンサート 白井貴子さん～Hungry Kidsのおくりもの～

●日時 11月10日(金)午後5時～9時 ●場所 上田市民会館

●チケット 指定席2,500円(当日3,000円)、自由席2,000円(当日2,500円)、小人(中学生以下)自由席500円

問 “全国龍馬ファンの集い” in うえだ実行委員会事務局(三吉) ☎27・0446



催し 前ページの続き

ウォークラリー

「上田・城下町

真田十勇士高札

(旧町名由来)めぐり」

●日時 11月5日(日)

午後0時45分集合

●集合場所 上田城東虎口櫓門前

●参加料 100円(当日徴収)

●持ち物 雨具・飲物・筆記用具

●その他 小学生以下は保護者同伴。できるだけ3人以上で申し込み。

●申込み 10月27日(金)までに活性会事務局へ。

問 上田・城下町活性会(上田商工会議所内) ☎22・4500

景観ウォーキング

―武石編―

紅葉の山々、武石公園や川の清流、美しいトガの生け垣と伝統的な民家の家並みを歩いて巡り、武石地域の秋の風景を味わいます。

●日時 10月28日(土)午前9時～正午(受付/午前8時40分)

●集合場所 武石公民館正面玄関前(駐車場は武石地域自治センター)

●コース 武石公民館～としび博物館～武石公園～信広寺の桜～子壇嶺神社～妙見寺～河川公園～トガの生け垣と家並み～武石公民館(約5km)

●参加費 無料
●持ち物 飲み物、軽食、雨具ほか

●申込み 氏名、人数、電話番号を都市計画課へ。当日参加も可。

●締め切り 10月27日(金)

問 市都市計画課 ☎23・5127

秋穫祭2006

(道と川の駅秋祭り)

●日時 10月28日(土)午前10時～午後3時

●場所 上田水辺プラザ川の駅(上田市半過地区)

●内容 各団体による出店、チェーソニアート、もちつき大会、千曲の大鍋・大釜、クイズ大会、千曲川眺望ウォーキング、情報コーナー、フリーマーケット(出店者募集中。1区画500円)など

問 秋穫祭2006実行委員会

☎22・5023

上田水辺プラザ川の駅

☎25・0903

モンゴリアン・アクロ バティック・サーカス

中国内蒙古雑技団が来日し、アジアの英雄チンギスハーンと雄大な草原を究極のアクロバットで表現! モンゴル民俗独特のアクロバットをお楽しみください。

●日時 11月2日(木)午後6時30分～(開場午後5時30分)

●場所 上田市民会館

●料金 大人2500円、小中学生1500円、当日はプラス500円

円。

●チケット販売 琴光堂

問 上田日中友好協会(小林)

☎38・4185

全菊連長野県支部 第22回菊花大会上田大会・ 新生「上田市」発足記念 菊花大会

●日時 11月6日(月)午後1時～5時、7日(火)午前8時30分～午後5時、8日(水)午前8時30分～正午

●場所 生島足島神社(下之郷地籍)

●内容 県下の菊花愛好家が精魂込めて栽培した作品を一同に展示し、一般に公開します。

問 (株)全日本菊花連盟長野県支部長(大林) ☎38・8232

第20回

丸子地域消費生活展

●日時 11月12日(日)

午前9時～午後4時

●場所 丸子文化会館小ホール

●テーマ 未来へ残そう 豊かな自然と心ある環境生活。できることから始めよう。

●内容 開会式(午前9時)／身近な消費生活上の研究発表・展示／バザー・販売など(午前9時30分)／粗品進呈／おにぎりサービス

問 丸 市民生活課 ☎42・1216

男女共同参画推進映画会

「丸岡秀子 ひとすじの道」

●日時 11月17日(金)

午後7時(上映1時間28分)

●場所 丸子文化会館セレスホール

●料金 一般500円、中学生以下300円(全席自由)

●チケット 丸子地域自治センター庶務課で販売しています。

●その他 託児をご希望の方は、事前にご連絡ください。

問 丸 庶務課 ☎42・1210

「ごみ減(リ)サイクル施設」 見学会

●日時 11月17日(金)

午前8時50分～午後3時

●場所 長野県中古自動車リサイクルセンター(東御市)、川瀬恒産(上田市)、水工技建(上田市)

●対象 環境に興味のある方

●定員 28名(定員になり次第締め切り)

●参加費 無料

●応募締切 11月7日(火) うえだ環境市民会議事務局(市生活環境課) ☎23・5120

写真付き住民基本台帳カードが使えます

●こんな時に便利

- ①全国どこの市区町村役場の窓口でも、住民票の写しが取得できます。
- ②窓口での転入転出の手続きが、転入時の1回だけになります(郵送による付記転出届が必要です)。
- ③公的個人認証サービスによる、電子証明書を記録できます。

●ほかにもこんな使い方が

- ①郵便貯金・銀行口座の新規開設の時
- ②携帯電話・クレジットカードなどの契約の時
- ③書留郵便などの受け取りの時



(原寸大)

●安全性の高いカード

住基カードは、高度のセキュリティ機能を備えたICカードを採用することにより、カードに記録された情報の覗き見や改ざん、カードの偽造などを防止することができます。

●住基カードの申請

次のものをお持ちになり、市役所または丸子・真田・武石の各地域自治センター窓口で申請してください。なお、住基カードは即日交付していません。後日、市役所から自宅に郵送される「住民基本台帳カード交付通知書兼照会書」と引き換えにお渡しします。

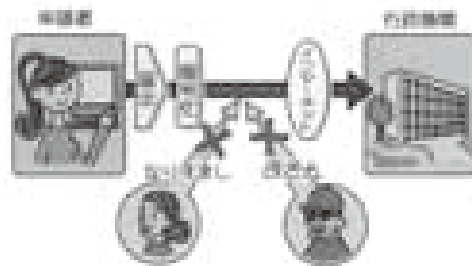
- ①運転免許証など顔写真付き証明書、健康保険証など
- ②写真付きカードを希望される方は顔写真(縦4.5cm×横3.5cm、申請時に撮影することもできます)
- ③印鑑(認印)
- ④手数料500円

●公的個人認証サービスとは？

住基カードと公的個人認証サービスの電子証明書を利用して、インターネットを通じ、確定申告などの申請や届出ができます。公的個人認証サービスは、こうした電子申請や届出を行う際に、他人によるなりすまし申請や改ざんを防ぎます(ほかに、専用のカードリーダーを必要とします)。

申請には、次のものをお持ちください。

- ①住基カード
- ②顔写真付き証明書(証明書に記載されている住所と住民票の住所が一致しているもの)
- ③手数料500円



問 市 市民協働課 ☎23・5334 丸 市民生活課 ☎42・1052
真 市民生活課 ☎72・0154 武 市民生活課 ☎85・2827

<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

講座・教室

Information a La Carte

山本鼎記念館企画展
ギャラリートーク(解説会)

現在、山本鼎記念館で開催中の企画展について、企画担当学芸員が展示品を紹介しながら解説します。上田が発祥の地である「児童自由画運動」「農民美術運動」に取り組んだ山本鼎と上田の青年たちの活動について学んでみませんか。

●日時 11月12日(日)・19日(日)午後2時～30分程度

●場所 山本鼎記念館

●参加費 参加費無料。ただし、入場料が必要(一般250円、高校・

新生上田市発足記念特別展
「山極勝三郎博士の生涯と業績」
— 癌出来つ意気昂然と二歩三歩 —

世界で初めて人工がんの発生実験に成功した山極勝三郎博士について特別展と講演会を開催します。

●会期 10月14日(土)～11月26日(日)(会期中無休)

●場所 上田市立博物館

◇展示説明会

●日時 10月21日(土)・11月3日(金)午後1時30分から約1時間

◇講演会「医学に貢献した人たち」

— 山極勝三郎先生を中心にして —

●日時 11月18日(土)午後1時30分～3時頃

●講師 小高 健氏(東京大学名誉教授・元東京大学医科学研究所所長)

●場所 上田地域広域連合消防本部3階会議室(駐車場がありませんので、最寄りの公共駐車場を御利用ください)

問 上田市立博物館 ☎22・1274

日赤救急法救急員の
養成講習会

問 大学生180円、小中学生60円
山本鼎記念館 ☎22・2693

●日時 11月11日(土)・12日(日)・18日(土)・19日(日)午前9時～午後4時

●場所 ふれあい福祉センター

●内容 赤十字救急法、心肺蘇生法、止血、骨折の手当など。詳しくは

●対象 日赤長野県支部ホームページへ。満15歳以上で4日間とも受講できる方

●定員 先着30人

●参加費 3000円(初日集金)

●持ち物 実技ができる服装、筆記用具

ファミリーサポート
センターの講習会

育児にとっても役立つ講座です。ご参加ください。

問 市福祉課

☎22・4100(内線1606)

●その他 全日程(4日間)参加者には受講証を、また最終日の検定合格者には救急法救急員認定証を交付。

●申込み 電話で11月8日(木)までに福祉課へ。

11月9日(木)	ファミリーサポートセンターの説明、子どもの事故と安全対策
11月10日(金)	チャイルドシートの着用、子どもの身体の発達と病気
11月16日(木)	子どもの食事・健康管理、子どもの遊び
11月17日(金)	子どもの心の発達とその問題点、保育の心・子どもの世話、サブ・リーダーとの交流会

●時間 午後1時～3時30分の予定(11月17日は12時30分)

●場所 ふれあい福祉センター2階大会議室

●参加費 無料(託児あり・要予約)

●申込み 平日午前9時～午後4時の間に電話でファミリーサポート

< 広告欄 >

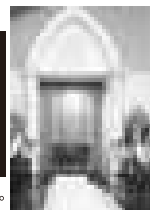


びっくり低価格で
結婚式がすぐできる。

チャペル式挙式・衣装・美容着付・写真1ポーズ
まとめて **49,800** 円

※土日・祝日は59,800円。当サービスはご入金をもってご予約(全額先払い)となります。

小さな予算 大きな満足
「小さな結婚式」



信州上田 白い教会
せせの
いいな ささや
0120-117-338
上田市中央2-15-12

市長「お気軽ミーティング」

母袋市長が直接地域に出向き、市民の皆さんと気軽に意見交換を行うため、市長「お気軽ミーティング」を開催します。伺ったご意見は、今後の市政運営の参考にさせていただきます。皆さんのご参加をお待ちしています。

- 日時 11月16日(木)午後7時30分～9時
- 場所 コミュニティセンター西内(旧基幹集落センター)
- 参加者 どなたでも参加自由(開催地以外の方も参加可)。駐車場の都合上、車の乗り合わせにご協力ください。

※今年度は、丸子、真田、武石の各地域で毎月1回、小学校区単位で開催します。詳細については、毎月16日号の広報紙でお知らせします。

問 市秘書課 ☎22・3435

市長「ふれあい談話室」

母袋市長が市政に対する皆さんのご意見を直接お聴きする、市長「ふれあい談話室」を開催します。市長との談話を希望する方は、お申し込みください。

なお、懇談の内容により担当者も同席させていただくことがあります。

- 日時 11月15日(木)午後5時～7時
- 場所 上田市役所本庁舎3階市長室
- 募集人数 5組
- 懇談時間 1組20分程度
- 申込方法 ①住所②氏名③年齢④話したい内容を記入し、ハガキかFAXで秘書課内の市長「ふれあい談話室」係(〒386-8601 上田市大手1-11-16、FAX23・5111)まで。
- 締切り 11月2日(木)

問 市秘書課 ☎22・3435

紫式部からのメッセージ

センター本部へ。
上田市ファミリーサポートセンター本部 ☎21・3016

- 日時 11月8日(土)・15日(土)
- 午前10時～11時30分

- 場所 市民プラザ・ゆう会議室

●内容 「源氏物語」をいつもと違う視点で読んでみませんか？角度を変えると、作者・紫式部が女性として伝えたかったことが見えてくるかもしれません(受講料無料)。

- 対象 市内在住・在勤の男女
- 申込方法 11月7日(火)までに電話

自然の香りを楽しむ会

で男女共同参画課へ。
市男女共同参画課 ☎23・5245

- 日時 11月16日(木)・30日(木)、12月6日(水)午前10時～正午

- 場所 市民会館管理棟2階大会議室(定員50人)

●内容 檜や杉のチップを利用しての香りによるリラクゼーション講座

- 対象 3回参加できる方
- 申込み 10月23日(月)から電話で健康推進課へ。定員になり次第締め

森の学校【Ⅱ】を開催

切り。
市健康推進課 ☎28・7124

- 日時 11月11日(土)午前9時～正午

- 場所 別所温泉森林公園

●内容 森づくり体験・丸太と小枝のクラフトづくり(詳細は申込者に後日連絡します)

- 対象 小中学生とその家族
- 参加費 子ども300円、大人500円、定員40人(先着順)
- 応募締切 11月6日(月)

- 市農林課 ☎22・4100(内線1457)

<広告欄>

11月1日より 一般入試出願受付開始

Music Therapist

音楽は心に届く治療家【日本音楽療法学会認定資格】

音楽療法士学科【3年制】

医療・福祉・保健など広い領域にわたって必要とされている資格です。学会認定資格試験合格率、病院・高齢者施設など幅広い分野で就職可能。編入学(大学・短大既卒者)は2年間で卒業できます。

Speech Therapist

言葉と関わるスペシャリスト【国家資格】

言語聴覚士学科【4年制】

話すこと、聞くことなどに障害のある人に対してリハビリを行う国家資格です。小児から老人まで幅広い対象をサポート。求人多数で病院・リハビリ科、老健施設、教育施設などへ就職可能。編入学(大学・短大既卒者)は3年間で卒業可能。

Dental Hygienist

歯は健康のバロメーター【国家資格】

歯科衛生士学科【2年制】

歯科医師とともにむし歯や歯周疾患などの予防処置、保健衛生面などの指導を行う国家資格です。国家試験合格率と県内外の歯科医院に高い就職率を誇っています。求人倍率は毎年3倍以上。東信・北信地域へも多数就職しています。



学校法人成田会

長野医療衛生専門学校

資料請求・入試お問合せはコチラから【携帯OK】

<http://www.nagano-iryouisei.ac.jp>

〒386-0012 上田市中心2-13-27(上田駅より徒歩5分) TEL:0268-23-3800

一般・編入試験 入試日程

※編入試験は音楽療法士学科、言語聴覚士学科のみ
※音楽療法士学科編入試験は実技試験もあり

期	日程	入試日	募集学科	入試科目
一般・編入前期	A日程	11月18日(土)	音楽・言語	小論文・面接
	B日程	12月2日(土)	全学科	
一般・編入後期	A日程	1月27日(土)	音楽・言語	
	B日程	2月17日(土)	全学科	
	C日程	3月13日(火)	音楽・言語	

かすみさい(学園祭)

白花祭

11月3日(祝)開催!

- お笑いコンビ「号泣」ライブ!!
 - 無料はみがき指導、聴力検査で健康チェック
 - 開校10周年記念講演会
 - 格安バザー、おいしい屋台、喫茶で休憩
- (どなたでもお気軽にお越しください) ★お楽しみ大抽選会もあるよ!

高齢者初級パソコン教室

- 期間 平成19年1月～12月
- 講習日 週1回(曜日を決めて午前は10時～正午、午後は1時～3時)
- 場所 高齢者福祉センター
- 対象 60歳以上の上田市民で初心者の方
- 受講料 1か月12000円(月4回の場合)、資料代年間5000円、テキスト代別途
- 締め切り 11月15日(水)
- 高齢者福祉センター
☎ 22・41119

男女共同参画推進事業 エンパワーメントセミナー

- 地域、職場などにおける男女共同参画社会形成のための指導・助言にかかわる実践的な知識や技能の習得を講演、演習などの方法を取り入れながら学習します。
- 場所 丸子文化会館
- 第1講座 11月1日(水)、小児科医師／鷺沢一彦さん「子どもを虐待から守るために」
- 第2講座 11月29日(水)、長野県精神保健福祉センター／今井敏弘さん「踏み出せない若者たち」ひきこもり・ニートと呼ばれる若者たち」
- 第3講座 12月14日(木)、CAP里山「子どもの権利を学ぼう。子供

を信じた大人のかかわり方を学ぼう」

- 時間 いずれも午後7時～
- 対象 男女を問わず学習意欲のある方。男女共同参画社会づくりに向けて活動できる方(託児をご希望の方は事前にご連絡ください)。
- 定員 1講座50人
- 庶務課 ☎ 42・1210

募集

Information a La Carte

平成19年度「子ども夢基金」 助成活動の募集

子どもの様々な体験活動を行なう団体に、助成金が出ます。詳しくは「国立青少年教育振興機構」にお問い合わせください。

- 対象 子どもの体験活動、読書活動、子ども向けソフト教材の製作・普及活動を行なう団体
- 応募締切 12月5日(火)
- 国立青少年教育振興機構子どもゆめ基金部
☎ 0120・579081

ファミリーサポート センター会員を募集

- 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3か月以上12歳までの子の保護者の方。

第6回うただ笑月寄席 チケット販売開始

- 期日 平成19年1月21日(日)
- 開演 午後2時
- 場所 上田文化会館
- 出演者 立川談志、立川談慶
三遊亭きん歌
- 料金 一般2,500円
小中学生1,500円
- 販売場所 中央公民館、琴光堂
- 中央公民館 ☎ 22・0760



- 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れる方、乳幼児や児童の保育に熱意のある方。

- 両方会員

依頼・提供の両方に該当する方。

- 利用料金

月曜日～金曜日(祝祭日・年末年始を除く)午前7時～午後7時まで1時間600円、これ以外の時間帯は1時間700円

- 申込み

各地域のファミリーサポートセンター事務局へ(持ち物/入会者の

< 広告欄 >

生命保険Q&A

■保険料は同じでも、もらえる保険金額はこんなに違う！

月々支払う保険料は同じでも、加入するのが貯蓄性が高い保険と保障額が高い保険とでは、確保できる保険金額が違います。具体的には、定期保険なら、月々約1万円ですと2210万円の死亡保障が確保でき、タバコを吸わない人はさらに増えて、3080万円も確保できます。一方、貯蓄性が高い養老保険では、死亡保障は330万円。終身保険でも460万円。養

老保険も終身保険も積み立てに回される保険料が多いので、保障額は抑えられてしまうのです。その反面、養老保険は無事に満期を迎えると、死亡保障額と同じ330万円が戻ってきます。定期保険では無事に満期を迎えると、死亡保障額も解約返戻金(解約すると戻ってくるお金)もゼロ。一口に生命保険といっても大きな違いがあることは明白です。

■死亡保険金の比較

- 保険料 約1万円で加入した場合(外資系生保の例 35歳男性 月払い契約)
- 終身保険……… 460万円 ※定期保険と養老保険は満期が60歳。
- 養老保険……… 330万円 終身保険は保険料の払込み終了年齢が60歳
- 定期保険……… 2210万円
- (タバコを吸わない人は3080万円)

ポイント

あなたの目的にあわせて選ぶ保険の種類は変わってきます。
くれぐれも保険会社まかせにしないで下さいね。

上田保険相談室
春原 重義

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

情報あ・ら・かると

顔写真(2×3cm)2枚、印鑑)
上田市ファミリーサポートセン
ター本部 ☎ 21・3016
丸子支部 ☎ 42・1039
真田支部 ☎ 73・2140
武石支部 ☎ 85・2067

平成19年度 保育園入園 の受け付けが始まります

●受付期間

受付日	受付場所
11月6日(月)～7日(火) 正午～午後6時	入園を希望する保育園
11月8日(水)～9日(木) 午前8時30分～午後7時	市役所南庁舎3階保育園 丸子・真田・武石各 地域自治センター健 康福祉課 ※保育園で申込みをしなかった場合

入園申込書は各保育園・保育課・各地域自治センターで配布しています。必要事項を記入のうえ受付期間に提出してください。

なお、詳しい内容については、10月1日号の広報をご覧ください。

市 保育課 ☎ 23・5132
丸 健康福祉課 ☎ 42・1039
真 健康福祉課 ☎ 72・2203
武 健康福祉課 ☎ 85・2067

第5回

上田市ふわっとテニス大会 参加チーム募集

日時 11月26日(日)

場所 上田城跡公園体育館(旧市民体育館)

対象 上田市在住・在勤・在学者

部門 一般の部

定数 60チーム

チーム 4人以上(原則男女ミックスダブルス。但し女性のみ可)

参加費 1チーム10000円

申込み 所定の申込用紙に必要事項を記入し参加料を添えて体育課へ。

申込期間 10月23日(月)～11月17日(金)(定数になり次第締切)

市 体育課 ☎ 23・5105

お知らせ

Information a La Carte

大規模小売店舗説明会

市内にお住まいの方や事業活動を行っている方は、この届出について、周辺地域の生活環境の保持の観点から配慮してほしいことなどの意見を県に提出することができます。

開催者 (株)サンタの創庫

日時 10月28日(土)午後1時

場所 上田卸商業協同組合会館
(秋和510-2)

●届出店舗名 サンタの創庫上田秋和店

●店舗概要 店舗面積/1988㎡、主要販売品目/リサイクル品、雑貨品ほか
市 商工課 ☎ 23・5395

知っておきたい

検察審査会

検察審査員に選ばれたらご協力を！交通事故、詐欺などの被害にあったのに検察官がその事件を裁判にかけたくない。どうも納得できない。このような人のために、検察官のした処分が正しかったかどうかを審査する機関として「検察審査会」があります。検察審査会は、選挙権のある人の中から「くじ」で選ばれた11人の検察審査員で構成され、不起訴処分(検察官が事件を起訴しなかったこと)のよしあしを審査します。もし審査員に選ばれたときは、住民の代表としてこの仕事にご協力をお願いします。

市 上田検察審査会事務局
☎ 22・0003

長野県最低賃金が改正に

県内の事業所で働く全ての労働者と、労働者を一人でも使用しているすべての使用者に適用される「長野県最低賃金」が時間額655円に改正され、10月1日から適用になりました。

市 長野労働局賃金室
☎ 026・223・0555

<広告欄>

全国68店舗！さらに続々開店
長野店に続き県内2店舗目
上田店は生保8社の代理店

Hoken
Clinic
上田店

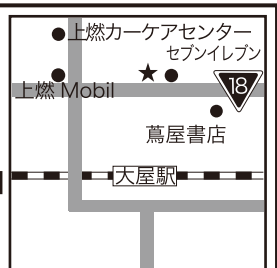
http://www.hoken-clinic.com

「保険を見直したい」と思ったらまずは相談！
生命保険のホームドクターが悩み解消！

生命保険のこと
「相談できる！」「納得できる！」
保険クリニック上田店オープン

0120-34-7223

「まずは相談日時を電話で予約」▶「ご来店いただきじっくり相談と分析」▶「中立的な立場でご提案」
※予約時に「広報うえだ」を見ての一言で来店相談料が無料(11月15日まで/通常3,150円)



営業時間：9時～19時
定休日：毎週火曜日

上燃株式会社

上田低肺友の会は、「地域の慢性呼吸器障害に悩む患者と家族の学習と交流のため」に発足し、8年になろうとしています。肺機能の低下がみられる方や在宅で酸素療法を受けている方、またその家族の参加をお待ちしています。

●日時 10月31日(火)午後1時15分開会

●場所 市役所南庁舎5階第3・4・5会議室

● 内容 平成18年度総会、定例会（会員同士の交流会）、「アコーディオンに合わせて歌を楽しもう」講師（音楽療法士／原幸子さん）、顧問医師（鹿教湯三才山リハビリテーションセンター長／小林俊夫先生）による質疑応答

問 市健康推進課
☎ 28・7123

合併を記念して、友好提携をしている練馬区の宿泊施設「武石少年自然の家」を、上田市民は練馬区民と同額で利用できるようになりました。学校の宿泊学習やクラブの合宿、社会人の生涯学習活動などにご利用ください。

●施設内容 詳しくは練馬区役所ホームページへ。

本館温泉)／個室(8畳)6室、大
部屋(17・5畳)18室、体育館、研
修室、グラウンド、テニスコート
新館温泉)／個室(10畳)10室、個
室(洋室4ベット)4室

● 受付開始日 利用になりたい日の
1 か月前の月の初日から3日前ま
で。

問 練馬区立武石少年自然の家
86・2525

年金を受給して国民健康保険税を支払っている方や給与の支払いを受けていて年末調整をしていない方は、所得控除の申告をすることで、税額が下がる場合があります。申告が済んでいる方、勤務先で年末調整が済んでいる方でも、所得控除の追加があれば申告をすることができます。

市役所・丸子・真田・武石各地域自治センターの税務窓口で受け付けます。

問 市税務課
☎ 23・5115

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。お気軽にお出かけください。

問 市商工課
☎ 23・5395

電気のご契約の開始・廃止・変更等のお申し込みについては、昨年8月より弊社受付センター(☎84・2100)にて承っております。お申し込みの際は、「お客さま番号」が記載された「電気ご使用量のお知らせ」「電気料金領収証(または振込票)」をお手元にご用意ください。

●營業時間

月 日	検 査 会 場	検査時間
11月 7 日(火)～ 10日(金)	市役所南庁舎 5 階第 5 会議室	午前 9 時30分～ 午後 3 時
11月13日(月)	丸子ふれあいステーション 3 階会議室 ふれあいグループ活動室	午前10時30分～ 午後 3 時
11月14日(火)	武石健康センター会議室	
11月15日(水)	真田公民館第 2 会議室	

最新のガス機器を展示して、
皆様のご来場をお待ちしています。

**11/30
まで** **安心ガスライフ** **21運動** **実施中**

期間中家庭用ガス機器

その他、
特典がいっぱい!!

30% OFF!!



上田ガス株式会社
TEL. 0268-22-0454



あたたかい心

ご寄附いただいた皆様、ありがとうございました。厚くお礼申し上げます(8月分)。

◇重金敦之様(東京都目黒区)(池波正太郎氏著作本114冊/池波正太郎真田太平記館の収蔵資料として)

◇風間正様(東京都中野区)(風間完画伯作池波正太郎作品「食卓の情景」挿絵69枚及び「食卓のつぶやき」挿絵43枚計112枚/池波正太郎真田太平記館の収蔵資料として)

◇尾崎蒼石様(大阪市)(篆刻書作品一点(縦123cm、横200.5cm)/第一中学校へ)

◇市村福江様(現金50,000円/社会福祉基金として)

国有財産を公売します

問 中部電力 ☎ 84・2100

- 方法 一般競争入札
- 所在地 上田市中之条字三反田7-1-5
- 登記地目 畑(現況 雑種地)
- 面積 531㎡
- 最低売却価格 1620万円
- 入札受付期間 平成19年1月10日(水)～1月16日(火)
- 入札場所 関東財務局長野財務事務所管財課
- その他 入札参加には、県または農業委員会で交付する買受適格証明書が必要。買受適格証明のお問い合わせは、農業委員

平日 午前8時30分～午後8時
土曜日 午前8時30分～午後5時
日祝祭日および年末年始(12/29～1/3)は除く

小規模工事・修繕受注希望者登録の申請

問 会事務局(☎ 23・5466)へ。
関東財務局長野財務事務所管財課
☎ 026・234・5123

- 平成17・18年度に物品・建設工事・建設コンサル・森林整備の入札(見積)参加資格申請をされていない方で、市の小規模工事(130万円未満)・修繕(50万円未満)の受注を希望される方は、「上田市小規模工事・修繕受注希望者登録申請書」を提出してください。
- 受付期間 随時
- 有効期間 平成19年5月31日
- 受付場所 管財課、丸子・真田・武石各地域自治センター庶務課
- その他 募集要項・申請書類は、受付場所にて配布しているほか、市

インターネット公売の実施

問 のホームページに掲載していますので、プリントアウトしてご利用ください。
市管財課 ☎ 23・5257

市では、自主財源の確保と税負担の公平性を保つために、市税などの滞納者の財産を差押えてインターネットを用いた公売により売却しています。これまでに、別荘地、美術品、自動車など65件を約323万円で売却しました。

今後10月下旬、12月下旬にインターネット公売の参加者を募集します。詳しい内容は、上田市のホームページから検索してください。

問 市収納管理課 ☎ 23・5172

丸子金子図書館が特別整理のため休館

図書や資料の特別整理のため、次の期間休館します。利用者の方に、迅速に図書や資料を提供するための大切な作業です。ご不便をおかけしますが、ご理解協力をお願いいたします。

●休館期間 10月17日(火)～28日(出)

●休館中の本の返却 図書館入り口にある返却ポストをご利用ください。

問 丸子金子図書館
☎ 42・2414

<広告欄>

秋の茶臼山動物園まつり 10/28・29

熱狂! 動物クイズ王決定戦
歴史に名を残すチャンス!! 13:00(集合、時間厳守)



レッサーパンダの赤ちゃん「セイナ」

唖然! レッサーパンダが
オリから出る!!
触れるレッサーパンダ登場!
13:30～13:45

必見! レッサーパンダ
赤ちゃん公開中!!



映画「小さき勇者たち～GAMER～」
に出演した名子役!?
ケツメリクガメの赤ちゃんを
茶臼山動物園で会える!!
たまごから出てくるシーンに出演したよ

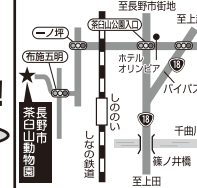
■入園料
・大人500円
・小中学生100円

★割引特典★
チケット売り場にて「広報うえた」を見た
とお申しつけ下さい。割引いたします。
・大人 500円→450円
・小中学生 100円→80円
(18年12/28まで有効)

■営業時間
・11/30まで 9:30～16:30(無休)
・12/1～12/28 10:00～16:00(12月は毎週月曜日休み)



長野市茶臼山動物園
〒388-8016 長野市篠ノ井有旅570-1
TEL 026-293-5167
http://www.chausuyama.com



上田市国保加入者の出産費用については今まで、医療機関へ一旦支払いをしてから、出生届出の際に申請をしていただき、後日、出産育児一時金の支給を受けていただく方法でした。

10月からは、従来の方法に加え、「出産育児一時金の受取代理制度」もご利用いただけるようになりました。

●受取代理とは

国保から支払われる出産育児一時金を、世帯主の代わりに医療機関が受け取る制度です。

出産される方が、事前に用意する出産費用の負担を軽減するために行うものです。ただし、国民健康保険税に未納がある場合は、国保年金課窓口へご相談ください。

(例)出産費用が40万円のとき、申請により国保から医療機関へ35万円を支払い、残りの5万円は医療機関へ支払います。

(例)出産費用が30万円のとき、申請により国保から医療機関へ30万円を支払い、残りの5万円は世帯主へ支払います。

※広報うえだ10月1日号でもお知らせしましたが、出産育児一時金は9月30日までに出産したときの30万円が、この10月1日から35万円に引き上げられています。

●手続きのご案内

受取代理の手続きなどのご案内は、国保年金課窓口で行っているほか、母子手帳の交付時(上田地域保健センター、丸子・真田・武石の各保健センター、豊殿・塩田・川西の各地域自治センター)や市内分べん取扱医療機関の窓口でも行っています。

●申請窓口

市役所国保年金課または、丸子・真田・武石・豊殿・塩田・川西の各地域自治センターへ。

※国保以外の皆さんは、加入している保険者または事業所の担当者へおたずねください。

問

市 国保年金課 ☎23・5118

丸 市民生活課 ☎42・1053

真 市民生活課 ☎72・0154

武 市民生活課 ☎85・2827

国保の出産育児一時金 受け取り方法を選択できます

不用品 交換 情報

紹介しているもの以外にも多くの不用品が登録されています。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。

●ゆずります

チャイルドシート/布オムツ/オムツカバー/テレビデオ(台付)/ワープロ/二段ベッド/シングルベッド/食器棚/レンジラック(高さ160cm、米びつ付)/幼児用洋服(0~2歳児)

●ゆずってください

乳児用食卓イス/三輪車/ベビーベッド/ジューサーミキサー/すべり台/CDラジカセ/自転車(幼児用、子供用、大人用)/バイク(50cc、90cc)/釣道具(川釣用)/ワープロ/物置(2m70cm以上)/発動機(水冷式)/薪ストーブ用の木/ストーブ用ガード/ミシン/大正琴

※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。不用品の取引は無料で、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。また、不用品の紹介は1回につき1件までです。

問 エコ・ハウス(上田クリーンセンター敷地内) ☎23・5144(受付時間: 平日午前10時~午後4時)

ウィークエンドリサイクル
時間 午前10時~12時

10月21日(土)やおふく古里店、Aコープコア塩田店 10月28日(土)やおふく上堀店、しおだ野ショッピングセンター
11月4日(土)ツルヤ上田山口店、マツヤ上田川西店 11月11日(土)西友秋和店、西友三好町店

市民プラザ・ゆう

☎27・2988

申し込みは10月20日(金)から、市民プラザ・ゆうへ受講料を添えて申し込んでください。どの講座も託児があります(2歳～就学前のお子さん)。

子育て応援講座(リトミック、全5回)

日程 11月7・14・21・28日、12月5日(毎回火曜日)10:30～11:00

対象 1歳～就学前の子どもと大人

内容 親子で楽しむリトミック 定員 15組 受講料 1,500円

癒して、ほぐしてパワーアップ講座(全5回)

日程(昼) 11月22・29日、12月6・13・20日(毎回水曜日)、10:00～11:30

日程(夜) 11月10・17・24日、12月1・8日(毎回金曜日)19:00～20:30

対象 疲れ、ストレスを感じている方

内容 脱力しながらの自力整体 定員 20名 受講料 1,500円

簡単、ヘルシー温か料理講座(全3回)

日程 11月30日・12月7・14日(毎回木曜日)10:30～12:00

内容 クリスマス・お正月料理などを作ります

定員 16名 受講料 900円 材料費1,800円

パソコン講座(中級程度、全3回)

日程 11月15・16・17日10:00～12:00

対象 子育てママ対象、文字入力できる方

内容 エクセルの操作を学びグラフを作ります

定員 16名 受講料 1,500円

ワンランク上のメイク・ヘア講座(全3回)

日程 11月15・29、12月6日(毎回水曜日)19:00～20:30

内容 いくつになってもきれいでいよう！ベース、ポイントメイク&ヘア・ネイル

対象 女性 定員 15名 受講料 900円

上田創造館

☎23・1111 FAX24・4100

蔵書票展

日時 11月19日(日)～26日(日)9:00～17:00

内容 蔵書票愛好家の皆さんの作品を展示します。

切り絵展

日時 11月19日(日)～26日(日)9:30～16:30(最終日は15:00まで)

内容 切り絵教室と切り絵同好会の作品展示。

上田地域ふるさと写真展

日時 11月23日(木)～12月3日(日)9:30～16:30

内容 上小地域の風景・イベントなどを撮影した作品のうち、入賞・入選作品を展示します。

おりがみ教室「クリスマス飾りを折ろう」

日時 11月25日(土)、第1回10:00～12:00、第2回13:30～15:30

持ち物 折ったものを持ち帰る袋 参加費 300円

太陽の黒点を調べてみよう

日時 11月18日(土)10:00～11:00

対象 小中学生とその保護者(一般も可)

内容 希望者は8cm望遠鏡を自分で操作して黒点を投影できますので申し込みください(太陽が出ていない時は中止)。

星座の模型を作ろう

日時 11月25日(土)9:30～11:30 参加費 無料

内容 発光ダイオードを利用して星座絵の中に星座を作り光らせます。

対象 小中学生とその保護者(定員先着20名)

申込み 11月22日(木)までに電話またはFAXで。

秋の星空観望会

日時 11月25日(土)19:00～21:00 参加費 無料

内容 ペガサスの四辺形やカシオペア座など秋の星座を楽しみましょう(雨天・曇天の時は中止)。

伝承あそび

日時 11月26日(日)13:30～15:30 参加費 無料

内容 けん玉などで遊びます。

各施設イベント紹介

詳しくは、各施設へお問い合わせ下さい

マルチメディア情報センター

☎39・1000 URL <http://www.umic.jp/>

ママのためのパソコンEXCEL編

日時 10月26日、11月2・9日(毎回木曜日)

10:00～12:00(託児2歳～)

対象 パソコン初心者 料金 3,000円

インターネット入門講座

日時 11月4日(土)13:30～16:00

対象 初心者 料金 1,500円

インターネット応用講座徹底検索編

日時 11月11日(土)13:30～16:00

対象 初心者 料金 1,500円

インターネット応用講座ブログ編

日時 11月18日(土)13:30～16:00

対象 初心者 料金 1,500円

※以上の講座は定員16名(要事前申し込み)。

パソコン相談室

日時 毎週火・土10:00～、10:45～(休館日は除く)

一人30分間

定員 各回2名(前日までに申込) 料金 無料

メディアランドUEDA秋まつり

日時 10月28日(土)・29日(日)10:00～17:00

内容 イベントに参加して、抽選会にチャレンジ!!

パソコンでぬり絵

秋の新作ジャンボ「ミッケ!!」

ペーパー竹とんぼを作ってみよう

プラ板でキーホルダーづくり

親子でアイロンプリント

フライングディスク大会

食欲の秋!焼きじゃがをつくろう

デジタルアートグランプリ作品づくり/静止画編

ビデオ上映会

体感ゲームで遊んでみよう

料金 無料(一部有料)

※各イベントの時間、料金や定員など詳細は、ホームページまたはメディアランドだよりをご覧ください。

上田情報ライブラリー

☎29・0210

えほんで楽しむ英語の世界

日時 10月25日(木)13:30～15:00

場所 セミナールーム(上田駅前ビルパレオ4階)

対象 外国語の絵本を楽しみたい方、子どもの外国語

学習に関心のある方、小中学校担当の先生、図書館関係者、お子さん連れの参加也大歓迎

内容 外国語の絵本の楽しみ方を学びます。

講師 リーバーすみ子さん

定員 30名

参加費 無料

訂正とおわび

●広報うえだ10月1日号の巻頭特集・重点目標のP4、市民生活部長の氏名ふりがな(しおのさき・としひで)を(しおのさき・としえ)に訂正しおわびします。

●広報うえだ10月1日号の「平成19年度保育園入園の受付」(11P)の表で、北保育園の一時保育に「○」が付いていますが誤りです。北保育園に一時保育はありません。また、塩尻保育園の一時保育に「○」が付いていますが、同園では一時保育を受け付けております。訂正しておわびします。

65歳以上の市民対象 インフルエンザ予防接種の委託医療機関

期間や受け方などは、10月1日号をご確認ください。医療機関によって休診日が異なりますのでご注意ください。

(50音順)

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
葦沢内科医院(下吉田)	35・3330	さなだクリニック(真田)	72・0711
荒井医院(下紺屋町)	22・0474	塩田病院(上本郷)	38・2221
安藤病院(北大手町)	22・2580	城南医院(御所)	22・3481
飯島医院(築地)	22・5011	杉山クリニック(新田)	26・8200
飯島耳鼻咽喉科医院(末広町)	22・1270	諏訪形クリニック(諏訪形)	25・5556
飯田整形ペインクリニック(川辺町)	28・1211	高野外科医院(秋和)	22・8266
生田耳鼻咽喉科医院(飯沼)	41・1187	滝沢病院(石井)	35・0305
池田クリニック(川辺町)	22・5041	武石診療所(下武石)	85・3308
い内科クリニック(野竹)	21・3737	田中クリニック(常入)	23・5757
上田腎臓クリニック(長島)	27・2737	田畑医院(沢田)	42・2470
上田生協診療所(上塩尻)	23・0199	ついじ内科消化器科クリニック(築地)	29・8686
上田透析クリニック(本町)	27・3006	塚原医院(海戸)	42・5558
うえだはらライフクリニック(川辺町)	22・0873	豊田医院(下紺屋町)	22・1158
上田原レディース&マタニティークリニック(川辺町)	26・3511	中山医院(中丸子)	42・6501
上田病院(松尾町)	22・3580	日新堂医院(馬場町)	22・0558
大谷外科呼吸器科医院(北常田)	27・2220	ハートクリニック上田(踏入)	23・0386
岡田外科医院(愛宕町)	24・2662	橋本医院(舞田)	38・2033
沖山医院(下長瀬)	42・3451	花園病院(下紺屋町)	22・2325
鹿教湯病院(西内)	44・2111	半田循環器科内科医院(中之条)	28・0888
金井医院(国分)	22・9716	豊殿診療所(下郷)	29・1220
神科中央クリニック(長島)	26・1144	堀こどもクリニック(中之条)	23・5566
川西生協診療所(仁古田)	31・1411	松尾内科小児科(下常田)	22・1355
川西病院(保野)	38・2811	丸子中央総合病院(沢田)	42・1111
かんがわクリニック(久保林)	34・5151	三才山病院(西内)	44・2321
岸医院(沢田)	42・2679	三原内科医院(中之条)	27・6500
熊坂内科(上塩尻)	22・1936	宮坂内科小児科医院(下常田)	22・0759
敬老園診療所(西内)	44・2750	宮下胃腸科医院(下紺屋町)	22・4328
小泉クリニック(小泉)	81・0088	村上医院(末広町)	22・3740
小井土内科医院(下川原柳町)	27・6666	室賀診療所(上室賀)	31・1070
甲田医院(鷹匠町)	22・0859	本原医院(大畑)	72・2067
甲田クリニック(石神)	38・3065	矢嶋診療所(沖)	87・3260
国保依田窪病院(長和町)	68・2036	柳沢病院(北大手町)	22・0109
こさとクリニック(染屋)	28・4111	山極内科医院(分去)	38・7388
五野医院(下小島)	38・0101	山越医院(国分)	26・5800
小林医院(曲尾)	75・3555	山田内科医院(下之郷)	26・8181
小松内科循環器科医院(上川原柳町)	27・2200	吉田こども医院(踏入)	24・1222
斉藤外科医院(下青木)	35・0887	依田医院(城北)	28・1223
ささき小児科医院(城北)	27・7700	わかた内科(塩田新町)	38・2540
佐藤医院(五加)	38・2543	渡辺皮膚科形成外科クリニック(小牧)	29・1112
佐藤胃腸科内科(鷹匠町)	22・2342		

◆丸子保健センター（丸子地域にお住まいの方）

☎42・1117

◇乳幼児健診・教室・相談◇

●受付時間 13:00～13:15 ●持ち物 母子健康手帳、赤ちゃん手帳の「おたずね」

健康診査	実施日	対象者
4か月児健診	11月10日(金)	平成18年6月7日～7月8日生
10か月児健診	11月30日(木)	平成18年1月生
1歳6か月児健診	11月17日(金)	平成17年5月生
3歳児健診	11月24日(金)	平成15年9・10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	11月14日(火)	平成17年10・11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	11月15日(水)	平成18年7月生
ポリオ	11月2日(木)	平成17年12月生・18年2・6月生

◆真田保健センター（真田地域にお住まいの方）

☎72・9007

◇乳幼児健診・教室・相談◇

●受付時間 13:15～13:40(ベビー相談は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	11月13日(月)	平成18年8・9月生
4か月児健診	11月28日(火)	平成18年7月生
7か月児相談	11月28日(火)	平成18年4月生
10か月児健診	11月28日(火)	平成18年1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
ポリオ	11月29日(水)	平成18年1～4月生 平成17年7～12月生
BCG	11月30日(木)	平成18年7・8月生

※ 個別予防接種の日程については、母子保健カレンダーをご覧ください。

◆武石健康センター（武石地域にお住まいの方）

☎85・2067

◇乳幼児健診・教室・相談◇

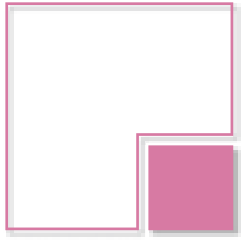
健康診査	実施日	対象者
1歳児教室	11月16日(木)	平成17年9～11月生
3歳児教室	11月30日(木)	平成15年8～10月生
離乳食教室	初期	(初期)平成18年6～8月生
	中期	(中期)平成18年3～5月生
	後期	平成17年12月～平成18年2月

※詳しいことは通知をご覧ください。

◇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
ポリオ	11月17日(金)	生後3か月以上7歳半未満の未接種児 6週間以上あけて2回接種
三種混合 (百日咳・破傷風・ジフテリア)		生後3か月以上7歳半未満の未接種児 ①3～8週間隔で3回 ②3回目実施後1年経過後に1回
麻しん風しん混合ワクチン		平成17年9・10月生



11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）

☎23・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	11月9日(木)	平成18年6月16日～30日生
	11月30日(木)	平成18年7月1日～15日生
1歳6か月児健診	11月8日(木)	平成17年4月16日～30日生
	11月29日(木)	平成17年5月1日～15日生
2歳児教室	11月2日(木)	平成16年8月1日～15日生
	11月21日(火)	平成16年8月16日～31日生
3歳児健診	11月14日(火)	平成15年10月1日～15日生
	11月17日(金)	平成15年10月16日～31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	11月28日(火)	平成18年6月16日～7月15日生 川辺・泉田地区の方も対象です
--------	-----------	-------------------------------------

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）

1歳6か月児健診	11月7日(火)	平成17年3月16日～5月15日生
----------	----------	-------------------

塩田・川西地区の2歳児教室・3歳児健診は12月に実施します。

●市内委託医療機関

個別10か月児健診	11月受診／完全予約制	平成17年12月16日～18年1月15日生
-----------	-------------	-----------------------



◇歯が生えたら教室◇

- 日程 11月8・22日(木)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 ●持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ、コップ、タオル、バスタオル

◇予防接種◇

BCG

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

実施日	会場	対象者
11月8日(木)	中央公民館	・平成18年7月生
11月21日(火)	川辺町会館	・生後3～6か月未満でBCG未接種児

ポリオ後期2回目(1回目の方も接種できます)

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

実施日	会場
11月14日(火)	川辺町会館
	塩田母子健康センター
11月16日(木)	中央公民館
	上野が丘公民館
11月17日(金)	川西社会福祉センター
	神川地区公民館
11月22日(木)	中央公民館
	上野が丘公民館
11月28日(火)	川辺町会館
	西部公民館



11月の相談コーナー



法律・行政・経営

法律相談(要予約)

11月10日(金)・24(金)13:00～16:00/上田市役所(南庁舎)
問 市生活環境課 ☎23・5120

11月15日(水)9:00～11:30/丸子地域自治センター
問 丸庶務課 ☎42・3100

11月18日(土)10:00～12:00/ふれあい福祉センター
問 上田市社会福祉協議会 ☎27・8080

11月15日(水)10:30～12:00/上田商工会議所
問 上田商工会議所 ☎22・4500

行政相談

11月14日(火)10:00～15:00/上田市福祉会館
問 市生活環境課 ☎23・5120

11月15日(水)9:00～11:30/丸子地域自治センター
問 丸庶務課 ☎42・3100

11月17日(金)9:00～12:00/真田総合福祉センター
問 真田社会福祉協議会 ☎72・2998

土地建物・不動産鑑定相談

11月9日(水)13:00～16:00/上田市役所(南庁舎)
問 市生活環境課 ☎23・5120

不動産登記相談(要予約)

11月15日(水)9:00～11:30/丸子地域自治センター
問 丸庶務課 ☎42・3100

農地なんでも相談

毎週月～金曜日8:30～17:00/上田市役所(本庁舎)
問 上田市農業委員会事務局 ☎23・5466

労働相談

毎週月～金曜日8:30～17:00

丸子地域自治センター

問 丸商工観光課 ☎42・1047

融資・経営改善特別相談

11月20日(月)10:00～16:00/上田商工会議所
問 上田商工会議所 ☎22・4500



育児・子ども

母子相談

毎週月～金曜日9:00～16:00/上田市役所(南庁舎)
問 市福祉課 ☎23・2000

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 ☎23・2000

毎週土曜日13:30～15:30/ふれあい福祉センター
問 上田市社会福祉協議会 ☎22・3082

保育・子育て相談(面接は事前連絡)

毎週月～金曜日9:00～17:00/南部保育園(☎26・3096)、塩田中央保育園(☎38・7120)、神科第二保育園(☎21・1222)、中丸子保育園(☎42・2678)、西内保育園(☎44・2200)、そえひ保育園(同園のみ16:00終了/☎73・2140)内の各子育て支援センター
毎週土曜日9:00～12:00/そえひ保育園内の子育て支援センター(☎73・2140)

問 各園まで

児童生徒の不登校相談

毎週月～金曜日9:00～16:00/上田市教育相談所(☎27・0241)、常磐城ふれあい教室(☎27・0104)、上田原ふれあい教室(☎23・6821)

問 上田市教育相談所及び各ふれあい教室まで

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(教育委員会事務局内)
問 市生涯学習課 ☎22・8080



心配ごと

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 上田市社会福祉協議会 ☎27・8080

11月8日(水)・18日(土)・28日(火)9:00～12:00

丸子ふれあいステーション

問 丸子社会福祉協議会 ☎42・0033

11月17日(金)9:00～12:00/真田総合福祉センター

問 真田社会福祉協議会 ☎72・2998

11月13日(月)9:00～12:00/武石老人福祉センター

問 武石社会福祉協議会 ☎85・2466

人権相談

11月2日(水)13:00～16:00/上田市役所(南庁舎)

問 市人権同和対策課 ☎23・5393

11月13日(月)9:00～12:00/武石老人福祉センター

問 武石社会福祉協議会 ☎85・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 ☎23・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 ☎23・5120

女性のための相談

毎週火曜日11:00～18:00、毎週木曜日13:00～20:00、第2・4土曜日10:00～17:00(以上、女性相談員による相談/土曜は要予約)/市民プラザ・ゆう

11月16日(水)10:00～12:00/弁護士による法律相談/要予約/市民プラザ・ゆう

※上記の日時以外は職員が対応

問 市民プラザ・ゆう ☎27・3123

こころの相談(要予約)

11月8日(水)9:30～11:30/上田市役所(南庁舎)

問 市健康推進課 ☎28・7123

ひきこもり相談

11月6日(月)13:30～15:30/川西社会福祉センター

11月20日(月)13:30～15:30/上田市勤労青少年ホーム

問 市健康推進課 ☎28・7123

結婚相談

毎週水曜日10:00～15:00、11月11日(土)10:00～12:00

ふれあい福祉センター

問 上田市社会福祉協議会 ☎22・3082

11月8日(水)9:00～12:00/丸子ふれあいステーション

問 丸子社会福祉協議会 ☎42・0033

11月17日(金)13:30～16:00/真田総合福祉センター

問 真田社会福祉協議会 ☎72・2998

巡回ハローワーク

11月17日(金)9:30～12:00/丸子地域自治センター

問 ハローワーク上田 ☎23・8609

わが子の就職等相談会

11月28日(火)13:30～16:30/上田市勤労青少年ホーム

問 市勤労青少年ホーム ☎22・7117



福祉・高齢者

保険・年金相談

毎週月～金曜日9:00～11:30・13:00～16:00

上田駅前ビル・パレオ(年金相談室)

問 上田年金相談室 ☎25・4425

高齢者職業相談

毎週月～金曜日8:30～17:00

上田駅前ビル・パレオ(職業相談室)

問 高齢者職業相談室 ☎26・8011

介護なんでも相談

11月22日(水)9:00～17:00/上田市役所(南庁舎)

問 市高齢者介護課 ☎23・5140

もの忘れ・認知症相談

11月9日(水)13:10～17:00/上田市役所(南庁舎)

問 市高齢者介護課 ☎23・5140

11月16日(水)13:10～17:00/丸子ふれあいステーション

問 丸健康福祉課 ☎42・0015