

情報あ・ら・かると	2
委員募集	9
環境市民会議	10
エコストア紹介・不用品交換	11
合併記念イベント案内	12
各施設イベント紹介	13
6月の乳幼児健康診断・予防接種	14
6月の相談コーナー	16

平成18年/2006

No. 4 | 5.16

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

あなたの家は地震がきても大丈夫？

地震に備えて、家の耐震診断や耐震補強をお考えですか。
簡易耐震診断の意向希望の予備調査を実施します。

上田市では近い将来、発生が予想される東海地震などの大規模な地震に備え、木造住宅の簡易耐震診断と耐震補強工事の助成について検討しています。

そこで、簡易耐震診断の意向希望について予備調査を実施します。

●簡易耐震診断の対象となる住宅は

- ①昭和56年5月31日以前に建築工事に着手した住宅（古い耐震基準の建物）
- ②一戸建ての住宅（店舗併用住宅などの併用住宅を含みます）
- ③在来工法の木造住宅（ツーバイフォーや非木造の住宅は除きます）

●診断の希望がある場合は

簡易診断希望の方は、対象となる住宅の建築年月をあらかじめお調べの上、氏名・住所・自治会名・電話番号・対象住宅の建築年月を市役所本庁舎4階建築指導課窓口にある「簡易耐震診断希望意向調査書」（市のホームページにも掲載しています）にご記入の上ご提出ください。また、電話（下記問い合わせ先）とメールでも受付します。

E-mail: kentiku@city.ueda.nagano.jp
F-mail: kentiku@city.ueda.nagano.jp

●調査の実施期間は

5月22日（月）～6月30日（金）までです。この期間外でも順次希望を受け付けます。

事業がスタートした場合の事業概要は次のとおりです。

ステップ1／簡易な診断（無料）

専門家による、無料の簡易耐震診断を受けていただきます。長野県木造住宅耐震診断士（以下耐震診断士）が、簡易耐震診断を行います。

簡易耐震診断では、外観調査などの方法で地震に対する安全性を評価します。また、より正確な評価を行うため、聞き取り調査などを行いますので、調査当日は立会いが必要になります。

ステップ2／詳しい診断（無料）

簡易耐震診断の結果、「やや危険」または「危険」と診断された住宅で、耐震補強を希望される場合には、耐震診断士が補強のためのより精密な診断を行います。

精密耐震診断では、工学的な方法を用い、より正確に耐震性能を評価するとともに、耐震補強の方法とそ

のための概算工事費を提案します。

診断は住宅内部や天井裏、床下の調査も必要となりますので、調査当日の立会いが必要です。

ステップ3／耐震工事（助成）

精密耐震診断の結果、「やや危険」または「危険」と診断された住宅の耐震性を向上させるための耐震補強・改修工事を行う住宅所有者に、工事費の一部を助成（補助）します。
〔補助対象となる耐震補強・改修工事の例〕

- 壁補強工事／壁を増やす、壁を筋かいや構造合板で補強する
- 柱、梁補強工事／柱、梁の接合部を金物で補強する
- 基礎補強工事／無筋コンクリート布基礎に鉄筋コンクリート布基礎を打増しする

問
建築指導課
☎22・4100
(内線1542・1543)

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)

お知らせ

Information a La Carte

「安全とおいしく」水道水 第48回「水道週間」は 6月1日(木)～7日(水)

毎年、6月1日から7日までは水道週間です。今年も、全国一斉に行われます。毎日、何気なく使っている水のことについて、この機会に考えてみましょう。

地球は、「水の惑星」と言われるように、たくさんの水を蓄えています。しかし、その97・5%が海水で、淡水はわずか2・5%しかありません。しかも、淡水のほとんどは南極や北極の水で、私たちが使える水は本当に少しだけなのです。

雨や雪として降り注いだ水は、地下水や河川となり海へ注ぎ、蒸発し、雲となって再び雨や雪となる循環を繰り返します。この循環の中で、自然界のすべてを潤します。まさに天

の恵みである水の保全是私たちに課せられた重要な使命です。

上田市は、美ヶ原高原や菅平高原など緑あふれる里山に囲まれ、その山々を源とする清流が流れでる自然豊かな郷です。自然の恵みである安心で安全なおいしい水を地域全体で大切に守るためにも、節水に努め、また家庭での灯油や農薬の適正な管理、川や湖沼の美化にみんなで取り組みましょう。

なお、上下水道局では、水道週間中、上田市の水道を紹介したパネル展示を北庁舎1階で行います。どうぞご覧ください。

問 市 上下水道局営業課

(内線1852・1535)

位置指定道路の 市道認定のお知らせ

市では、建築基準法に基づく位置指定道路(計画戸数の8割以上の住宅が建築済みで、当面補修の必要がない道路。ただし袋路状の道路は指定後10年経過していることが必要)について、寄附を前提に議会の議決を経たうえ市道認定しています。

新市では、認定にあたっての道路構造上の要件として、舗装敷であることが必要です。ただし、経過措置として平成19年12月認定分までは未舗装敷も認定の対象とします。詳しくは管理課窓口でお尋ねください。

問 市 管理課 ☎ 25・5125

「やすらぎの会」開催 のお知らせ

やすらぎの会は、乳房手術経験者がつくる会です。会員は年に数回集まり、交流会や情報交換をしています。手術を経験された方ならどなたでもご参加いただけます。どうぞ、お気軽におでかけください。

●日時 6月16日(金)午後1時～3時
30分頃まで

●場所 上田地域保健センター(市役所南庁舎2階)

●内容 血圧測定・体脂肪測定、健康相談、交流会および総会、作業療法士による体操

●服装 簡単な体操のできる服装で
お越し下さい。

問 市 健康推進課 ☎ 28・7123

毎月26日は 市内3銭湯が無料です

家庭のお風呂が普及し、入浴者数が減りつつある銭湯ですが、多くの皆さんの「ふれあいの場」としての良さを見直していただくため、毎月26日(ふろの日)は次の市内3軒の銭湯を無料で開放しています。どうぞご家族でお出かけください。

なお、ご利用の際は番台にひと声かけて、入浴マナーを守り、周りに迷惑をかけないようにしましょう。ふろの日以外の利用もお待ちしています。

< 広告欄 >

アイフルホーム上田店 古里モデルハウス展示場オープン

この機会に是非ご体感ください。

アイフルホーム上田店 株式会社 竹工
〒386-0001 上田市上田1353-1
☎ 0268-28-5511 <http://www.takekou.co.jp>
E-mail 2004ueda_ten@net.eyefulhome.co.jp

★現地会場には、アイフルホーム上田店よりご案内致します。

自立支援医療(精神通院医療)に関するお知らせ

障害者自立支援法が平成18年4月1日から施行され、精神通院医療が自立支援医療に変わりました。すでに認定を受けている自立支援医療(精神通院医療)受給者の方は、次の手続きが必要になります。

◇今後の更新手続き

認定された有効期限を過ぎると、給付が受けられなくなります。事前に更新手続きをしてください。更新に必要な書類は、市福祉課及び各地域自治センター健康福祉課にあります。更新は1年ごとで、有効期限の3か月前から更新手続きができます。

※《特例》5月30日(火)～6月30日(金)までの間に有効期限が切れる方、有効期限が平成19年4月30日以降までであったものが期限短縮された方には、次の1年間有効の受給者証(今までの通院医療費公費負担患者票の代わりとなるもの)が、有効期限が切れるまでに交付されます。改めて更新の手続きをする必要はありません(新たに交付される受給者証の有効期限が切れるときには、通常の更新手続きとなります)。

◇変更があったときの手続き

次の事項に変更があったときは、受給者証(患者票)、印鑑、変更が確認できるものをお持ちになり、市福祉課又は各地域自治センターの健康福祉課窓口で手続きをしてください。

①変更届により変更するもの

- ・氏名の変更
- ・18歳未満の方の保護者の変更
- ・県内における住所の変更
- ・精神障害者保健福祉手帳番号の変更
- ・保険の種類の変更(保険の変更により負担上限月額が変わる場合を除く)

②変更申請により手続きするもの(認定されると新しい受給者証が交付されます)

- ・保険の種類の変更、保険加入者の増減があり負担上限月額が変更となるとき(決定日の翌月から適用となります)
- ・自立支援医療機関などの変更や追加をするとき(変更決定日から適用となります)

◇受給者証の返還

県外へ転出される方、支給の必要がなくなった方、有効期限が満了した自立支援医療受給者証をお持ちの方は、市を経由して受給者証を県知事に返還しますので提出してください。

問 市福祉課 ☎23・5130 丸 健康福祉課 ☎42・1039
真 健康福祉課 ☎72・2203 武 健康福祉課 ☎85・2067

◇宮桜の湯
(常田) 3-14-3 ☎22・5678
◇柳の湯
(中央) 4-10-1 ☎22・2986
◇竹の湯
(中央) 3-1-3 ☎22・2557
問 市生活環境課 ☎23・5120

保健補導員等の名称が 上田市健康推進委員 となります

旧上田市、丸子町、真田町、武石村にそれぞれ組織されていた保健補導員(真田は健康推進員、武石は健康管理推進委員)が、新上田市発足にあたり、新たに「上田市健康推進委員」に名称を統一し活動することになりました。健康推進委員のみな

さんは今後も、市民の健康づくりのお手伝いができるよう活動してまいりますのでよろしくお願いいたします。

問 市健康推進課 ☎28・7124
丸 丸子保健センター ☎42・1117
真 真田保健センター ☎72・9007
武 武石健康センター ☎85・2067

<広告欄>

この春新たな挑戦をする君達を応援します!

一生徒募集中

新年度はスタートしたけれど、環境に慣れなくて「他の人より出遅れた」と焦ったり、「希望とは違う進学・進路をとってしまった」と感じている人。これから本格的に学習に取り組もうと思っている人はお気軽にご相談下さい。個別指導とクラス指導が併設された YSA がお手伝いします。

大学受験科・高校補習科

上田 YSA 大学予備校

大学受験・高校受験に再チャレンジを考える皆さん、保護者の皆さん。お気軽にご相談下さい。5月一杯が一つの目安。早く生活のリズムを作りましょう!

※満席(キャンセル待ち)講座のお知らせ
高校生:英語個別講座、英語総合講座
数理個別 土曜・木曜
中学生:中3選抜クラス

Z会・四谷大塚・慶応会など一流講師の授業映像4000タイトル以上の学習支援ソフト

新規導入! e点

格安(1時間¥1,500)・完全予約制
小学生から高校生まで1分野各10分~25分の授業を基礎から学習できます。個人対応ですから、自分のペースで何度でも、どの科目でも時間内の活用が可能です。予習としても、受験のための弱点克服のためにも大いに活用できます。

小・中学補習科/高校再受験科

総合進学塾 YSA

〒386-0012 上田市中央 1-6-19 上田駅より6分 中部電力横入る フリーダイヤル 0120-025055 <http://www.ysa-group.com>

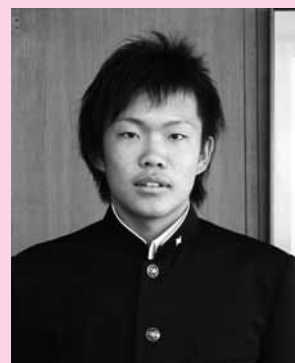
- 学校開放利用団体の登録を受け付けます**
- 利用できる学校(施設) 塩田西小学校(音楽室・家庭科室・調理室・図書室)、城下小学校(音楽室・家庭科室・調理室・図書室・図工室)、第一中学校(音楽室・美術室・調理室・被服室・図書センター)
- 対象 市内在住・在勤・在学の方で組織されており、成人の責任者がいる生涯学習活動を行う団体
- 利用できる日時 年間、午後6時～午後9時(土日・祝日・年末年始を除く)
- 使用料 施設使用料は無料(冷暖

スキー国際大会で市内の中学生2人が好成績!!

4月7日から9日にかけてスウェーデンで開催されたスキーの国際大会「FISインゲマルトローフィークアップ」のアルペン競技で、菅平中学校2年の蓮見小奈津さんが大回転とパラレルスラロームで4位、そして回転で6位に入賞、また依田窪南部中学校3年の鮫島優さんが大回転で14位、回転で16位という好成績をそれぞれ残しました。



蓮見小奈津さん
(菅平中2年)



鮫島優さん
(依田窪南部中3年)

- 登録方法 生涯学習課にある所定の「使用団体登録申請書」に必要事項を記入し、生涯学習課へ提出してください。
- 登録締切 6月15日(木)
- 生涯学習課 ☎23・51002
- 月曜夜間と第2土曜日の年金相談をご利用ください**
- 次のとおり今年度、年金相談の時間延長と、土曜日における窓口相談を実施します。どうぞお気軽にご利用ください。
- 時間延長日 毎週月曜(休日の場合を除く)

募集

Information a La Carte

子育てサポーターになってみませんか

上田市教育委員会子ども教育課では昨年度に引き続き、子育てサポーター養成講座を開講します。子育てが集う広場などで、幼児の親子と一緒に考えたり、ボランティアで子育てを支援する活動を行ってみませんか。男性女性はいません。あなたの力をお貸しください。なお、受講後の活動は月に3～4回、1回2時間を目安としています。

●内容(日程)

①子どもと家庭を育む地域子育て

●問

小諸社会保険事務所

☎0267・22・1080

長野年金相談センター

☎026・226・8580

合は翌日(火曜日)の午後7時まで
※7月31日(月)と来年1月4日(木)は午後5時まで
●土曜窓口開設日 毎月第2土曜の午前9時30分～午後4時まで
●会場 県内7か所の社会保険事務所と年金相談センター
●相談の際の持ち物 年金手帳または年金証書と印鑑をお持ちください。代理の方が来られる場合は委任状が必要です。

<広告欄>



診療科

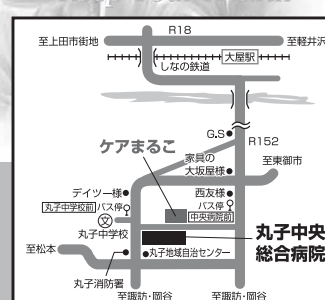
- 人間ドック ●内科 ●外科 ●整形外科 ●眼科 ●婦人科
- 心療内科 ●精神科 ●耳鼻咽喉科 ●皮膚科
- 形成外科 ●泌尿器科 ●循環器科 ●呼吸器内科
- 肝臓内科 ●小児科 ●脳外科 ●糖尿病外来
- 内分泌外来 ●骨粗鬆症外来 ●人工透析

丸子中央総合病院

長野県上田市上丸子335-5

TEL 0268-42-1111

Keep Your Health



情報あ・ら・かると

- 支援(7月13日)／上田女子短期大学
- 親子と関わりを結ぶ(7月20日)／(同会場)
- 親子に寄り添う支援のあり方(7月27日)／(同会場)
- サポーター活動の実践について(8月3日)／(同会場)
- 実践とグループワーク「親子と関わっていくために」(8月8日)・9日(火)・10日(水)のうち1回／神科第二保育園内地域子育て支援センター)
- 時間
- ①～④講座は午前10時30分～12時
- ⑤講座は午前10時～11時30分
- 託児 有り。必要な方は事前にお知らせ下さい。ただし、⑤の講座は託児がありません。
- その他 ⑤の講座は実践もありますので、動きやすい服装でお願いします。
- 申込み 6月30日(金)までに電話で子ども教育課へ。
- 市 子ども教育課 ☎ 23・5101

新緑ウォーキング参加者募集

- 日時 5月28日(日)
- 受付／午前9時30分～
- スタート／午前10時
- 集合場所
- 塩田自然運動公園総合体育館前
- コース ①鴻ノ巣Aコース(15km)、②鴻ノ巣Bコース(10km)

市営住宅入居者募集のお知らせ

- 参加費 小・中学生、ウォーキング協会員500円、一般1000円
- 持ち物 昼食、飲み物、雨具、帽子、タオルほか
- その他 天候状況により、中止になる場合があります。当日受付も可能です。
- 申込み 上田ウォーキング協会事務局まで
- 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、障害者世帯など、一定要件を満たす世帯は、抽選回数又は倍率が優遇される優先枠に申し込むことができます。なお、優先枠は入居を保証するものではありません。詳しくは市役所住宅課及び、各地域自治センターの建設課又は建設環境課までお問い合わせください。
- 募集団地 6月1日(木)に公表(申込書配布も同日)
- 受付期間 6月10日(土)～16日(金)
- 入居者決定方法 公開抽選
- 抽選日 6月27日(火)に市民会館2階大会議室にて。
- 申込み 市役所住宅課、丸子地域自治センター建設課、真田地域自治センター建設課、武石地域自治センター建設環境課へ。

市 住宅課

(内線1547・1548)

丸 建設課 ☎ 42・3287

真 建設課 ☎ 72・4331

武 建設環境課 ☎ 85・2793

ファミリーサポートセンターの会員を募集

- 次の会員を募集します。
- 依頼会員(子育ての援助を受けた人) 市内在住または在勤の、おおむね3か月以上12歳までの子どもの保護者の方
- 提供会員(子育ての援助ができる人) 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 依頼会員、提供会員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
- 入会金・年会費 無料
- 申込方法 入会者の顔写真(2×3cm)2枚、印鑑を持参のうえ、各地域のファミリーサポートセンター事務局へ(各支部は、各地域自治センターにあります)
- 市 ファミリーサポートセンター(本部) ☎ FAX 21・3016
- 丸子支部 ☎ 42・1039
- 真田支部 ☎ 73・2140
- 武石支部 ☎ 85・2067

<広告欄>

室内は白一色、高台日当たり良好 価格 2,180 万 土地 198.00㎡ (59.89坪) 建物 130.00㎡ (39.32坪) 上田市蒼久保 木造・スレート葺・2階建 地目/宅地 用途地域/無指定 設備/水道、中部電力、都市ガス 合併浄化槽 通学/神川小、第一中 平成7年9月新築 取引態様/売主	蒼久保  中古住宅 長野県知事免許(08)002068号 株式会社 長興	武石鳥屋  上田市福田60-1 TEL (0268) 27-2600(代) FAX (0268) 27-2967	高台日当たり良好、見晴らし、景色良い 価格 1,980 万 土地 341.91㎡ (103.42坪) 建物 171.40㎡ (51.84坪) 上田市武石鳥屋 木造・瓦葺・2階建 地目/宅地 用途地域/無指定 設備/水道、中部電力、プロパン 汲み取り、灯油 通学/武石小、依田窪南部中 媒介手数料686,700円(税込) 平成7年12月新築 取引態様/媒介
--	--	---	--

全国地域安全運動

暴力追放運動

ポスター・標語を募集します！

●応募資格 一般、中・高校生

●ポスター・標語の内容 侵入窃盗

防止、子どもの誘拐・連れ去り防

止、少年の非行防止(健全育成)、

薬物乱用防止、暴力追放、詐欺防

止など。

●締切り 6月23日(金)

●その他 応募要領など詳しい内容

は、県防犯協会連合会までお問い

合わせください。

問 (社)長野県防犯協会連合会

☎ 026・234・2343

河川愛護モニター募集

●応募資格 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回報告していただきます。

●任期 7月1日～来年6月30日

(1年間)

●報酬 月4580円

●応募方法 応募用紙をお送りしま

すので、千曲川河川事務所までご

連絡ください。

●応募締切 5月26日(金)

千曲川河川事務所

☎ 026・227・7768

催し

Information a La Carte

第20回依田窪病院祭開催

●日時 5月28日(日)午前9時～午後

2時

●場所 依田窪病院(長和町古町)

●内容 オープニングセレモニー

(午前9時)、各種売店出店/丸子

西内小学校ブラスバンド演奏/挟

間壮さんコンサート(午前11時～

午後1時30分)、ファイナルセレ

モニー(午後2時)ほか、各種イベ

ント多数。

問 依田窪病院 ☎ 68・2036

上田市文化支援事業

うえだ演劇プロジェクト2006

演劇実験室カフェシアター

公開ワークショップ

Vol.32「阿呆船」

長野市の「演劇実験室カフェシア

ター」が上田市の役者と一緒に旧上

田一中跡地で演劇公演を行います。

どうぞご覧ください。なお、この公

演に出演してくださいる役者も募集中

です！

出演したいという方はご連絡くだ

さい。

●日時 6月3日(日)午後7時～、6

月4日(日)午後3時～(開場はいず

れも30分前)

●会場 旧上田第一中学校跡地体育館

●チケット 前売り1000円、当

日1200円

事務局(石原さん)

☎ 090・1866・9678

上田城千本桜まつり

写真コンテスト作品展

●期間 5月29日(月)～6月23日(金)

●内容 応募いただいた全作品を

「まちなか写真展」として上田中心

商店街の各店舗で展示予定

●場所 原町、中央一番街、海野町、

松尾町、天神各商店街店頭

問 市商工課 ☎ 23・5396

ファミリーサポート

センターの講習会

●期日・内容

5月25日(木) ファミリーサポート

センターの説明、子どもの遊び

5月26日(金) チャイルドシートの

着用、子どもの事故と安全対策

5月29日(月) 子どもの食事・健康

管理、子どもの身体の発達と病気

5月30日(火) 子どもの心の発達と

その問題点、提供会員との交流

●時間 いずれも午後1時～3時30

分の予定

●会場 ふれあい福祉センター

●参加費 無料(託児あり)

●申込方法 電話でファミリーサポー

トセンターへ(平日午前9時～午

後4時)

< 広告欄 >

県産材で建てるパッシブソーラーの家。

昼も夜も、冬の夏も
太陽が働いてくれるから
床暖房も換気もお湯採りだって出来る。
ほら、心地よい
太陽のぬくもりが感じられる。



OMソーラーの家

選りすぐりの3つの県産材

- 木曽ひのき
- 遠山杉 [南信濃産]
- 信州唐松



信州の自然恩恵、
太陽、風、地熱を
家中に取り込む
自然派健康住宅。

エアサイクルの家

創業30周年の節目を迎え、社名が変わりました。
信州建設工業株式会社改め



美し信州建設株式会社

上田市中条1268-1 TEL0268-27-6667 FAX0268-27-6672

情報あ・ら・かると

問

市ファミリーサポートセンター
☎・FAX 21・3016

「童謡唱歌を楽しむ会」開催

なつかしい童謡唱歌をみんなで歌いましょう。

●日時

5月26日(金)午前10時30分～12時
6月13日(火)午前10時30分～12時

●対象 市内在住の60歳以上の方ならどなたでも参加できます。

●参加費 100円(歌集代)

●高年齢者福祉センター

☎ 22・4119

講座・教室

Information a La Carte

女性・シニアゴルフ(夏期)教室

●期間 6月28日～9月6日の各水曜日(10回)

●時間 午前10時～12時

●会場 神川ゴルフガーデン

●対象 市内在住・在勤の女性(学生を除く)及び60歳以上の男性

●定員 30名

●受講料 4000円

●申込み 5月22日(月)～6月16日(金)の間に体育課まで。

市体育課 ☎ 23・5105

さわやか健康セミナー 参加者募集

●日程と内容

5月29日(月)／おいしく作ろうヘルシーおやつ・ペットボトルの糖度測定

6月5日(月)／選んで食べようバイキング

6月16日(金)／作ってみようおいしい簡単料理

●時間 午前9時30分～12時

●会場 丸子保健センター

●対象 40歳ぐらいまでの市内在住の方で3回とも参加できる方

●定員 20名程度(託児あり。先着10名)

●参加費 300円

●申込締切 5月24日(水)必着

丸 健康福祉課 ☎ 42・1117

自然の香りを楽しむ会 参加者募集

ハーブの効用を学び、自分で苗を育てることによって、心身のリラクゼーションを体験する教室です。

●日程と内容

6月7日(水)／ハーブティー(フレッシュハーブ)・ルバーブ苗配布

6月21日(水)／入浴リラクセスハーブ・ラベンダー苗配布

7月5日(水)／料理用ハーブ・ナスターチウム苗配布

7月19日(水)／入浴ハーブ・ローズ

コミュニティ助成事業助成金で太鼓を購入しました

財団法人・長野県市町村振興協会所管の市町村振興宝くじ助成金を受け、上田原合戦太鼓保存会(上田原自治会)では太鼓一式を購入しました。上田原合戦太鼓保存会は練習に励み、地域のお祭りやイベントなどで活動しており、今後も地域の文化振興や活性化に向けて活躍することが期待されます。

市生涯学習課 ☎ 23・5104



問

市 健康推進課 ☎ 28・7124

マリー苗配布

●会場 上田市民会館(2階大会議室)

●時間 午前10時～12時

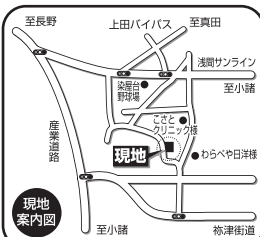
●持ち物 ビニール袋(毎回)

●定員 40名

●申込み 5月22日(月)から電話にて受付。午前8時30分～午後5時15分の間に健康推進課までお申込みください(定員になり次第締切り)。

<広告欄>

上田市
古里
売土地



物件概要
●地目/宅地
●設備/公営水道、都市ガス、公共下水
●通学区/東小学校、第一中学校
●取引態様/売主
土地 165.22㎡ (49.98坪) **800万円**

土地+家
プラン
土地/ 165.22㎡ (49.98坪)
建物/ 89.44㎡ (27.05坪) **2,098万円**
1F 106号 57.13㎡ (17.28坪) 月額 **163,000円**
2F 205号 45.36㎡ (13.72坪) 月額 **105,000円**
●権利金3ヶ月
●敷金2ヶ月
●冷暖房完備
●セイワビル
●青木街道沿い(媒介)

長野県知事免許(4)第3734号
全国宅地建物取引業保証協会会員
不動産
土地・建物
株式会社 セイワ

☎ 0268-26-5400
上田市上田原802-19
FAX: 0268 (26) 5401

テナント
(貸事務所)
上田市
上田原

訪問介護員(ホームヘルパー)養成研修2級課程の受講生募集

講習期間

7月コース/7月5日~9月12日

8月コース/8月18日~10月26日

(各コースとも期間内で22日間)

講習会場

上田市中央公民館、上田市技術研修センターほか

募集対象

開講日現在55歳以上65歳以下の雇用されていない方で、136時間の受講が可能であり、上田市・東御市・小県郡に在住の方。

募集定員

各コース20名(定員超の場合は抽選)

受講料

無料(テキスト代実費)

募集期間

5月22日(月)~6月9日(金)

申込先

ハローワーク上田、上田地域シルバー人材センター

上田地域シルバー人材センター

☎ 23・6002

古文書解読講座開催

日時

6月10日(土)~来年3月まで毎月第2土曜日の午後1時30分~3時30分

会場

山本鼎記念館講習室(初回)ほか

内容

古文書の解読とあわせての上田の歴史の勉強会。

定員

50名

参加費

2000円

申込み

参加費を添えて上田市立

博物館まで。

上田市立博物館 ☎ 22・1274

家庭教育セミナー

参加者募集

子育てについて専門の先生方による講義や相談、お互いの情報交換などを行う教育セミナーを開催します。

日程と内容

5月24日(水) ベビービクス

6月21日(水) 家庭における子ども

の誤飲

7月19日(水) 乳幼児に適した料理

8月9日(水) アレルギー疾患

9月13日(水) 親業

時間 午前10時~11時30分(ただし8月9日は午後2時~3時30分)

会場 上田市中央公民館

対象 子育て中の方

定員 40名(定員になり次第締切り)

参加費 1000円

上田市中央公民館

☎ 22・0760

「長野国際ゴスペル・フェスティバル2006」ジュニア・クラス

受講生募集

開催期間 8月4日(金)~6日(日)

会場 信州国際音楽村、丸子文化

会館(セレスホール)など

内容 様々な角度からゴスペル音

楽を学ぶ講習会や歌のレッスン、セレスホールでのコンサート出演など

対象

市内小中学生(小学4年生以上)

定員

10人(申込み多数の場合抽選)

受講料

無料

申込み

5月22日(月)~31日(水)に瀧塚さんへ

実行委員会 上田事務局

(瀧塚さん) ☎ 24・7224

音楽村ハーモニースクール 受講生募集

ヴァイオリン、プリザーブドフラ

ワー、二胡、オカリナ、草木染、押

し花、三味線、ハーモニカ、ラッピ

ング、ワイン、サルサ、木工などを

それぞれ基礎から学べます。詳しく

は、音楽村へお問い合わせください。

申込締切 5月31日(水)

受付時間 午前9時~

午後5時(月曜休館)

(財)信州国際音楽村

☎ 42・3436 FAX 42・3948

お願い

Information a La Carte

軽自動車税・自動車税は5月31日までに!

平成18年度の軽自動車税、自動車

税の納期限は5月31日(水)です。この

税金は、毎年4月1日現在に軽自動車、自動車等を所有されている方にお願ひしています。現在、車をお持ちでないのに軽自動車税の納付書がお手元に届いたという方は、4月1日現在所定の手続きが済んでいないためです。車を取り扱った自動車会社等と連絡をとり、お近くの金融機関で納付してください。口座振替の方は、指定口座から5月31日に引き落とされます。

なお、領収書には「納税証明書」がついています。これは、継続検査(車検)を受ける車両について、検査の際に必要となりますので大切に保管してください。

▲税金の納付は便利・安全・確実な口座振替で▼

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

○軽自動車税に関する

市税務課

丸 税務課

市 市民生活課

武 市民生活課

○自動車税に関する

上小地方事務所県税チーム

☎ 25・7117/25・7118

☎ 23・5115

☎ 42・1030

☎ 72・0154

☎ 85・2827

「上田市行財政改革推進委員会」委員募集

- 応募資格 市内在住の20歳以上75歳以下の方（公募者は他の審議会へは参画できません）
- 募集人員 2名
- 任期 委嘱日から2年間
- 審議会の内容 市の行財政改革の推進に関する重要事項について、市長の諮問に応じて調査審議する。
- 応募方法等 行政改革推進室にある所定の申込書に「今後の市役所の在り方」と題したレポート（800字以内・書式自由）を添えて、行政改革推進室に提出。レポートと面接により決定させていただきます。
- 応募締切 6月9日（金）

問
市行政改革
推進室
(内線1931
・1932)

「上田市社会教育委員」委員募集

- 応募資格 市内在住の20歳以上75歳以下の学校教育及び社会教育の関係者、家庭教育の向上に資する活動を行う者並びに学識経験者（公募者は他の審議会へは参画できません）
- 募集人員 1名
- 任期 委嘱日から2年間
- 審議会の内容 社会教育、生涯学習に関する提言等について審議します。
- 応募方法等 生涯学習課にある所定の申込書に「社会教育・生涯学習に寄せる期待」と題したレポート（800字以内・書式自由）を添えて、生涯学習課に提出。レポートと面接により決定させていただきます。
- 応募締切 6月9日（金）

問
市生涯学習課
☎23・5102

「上田市男女共同参画推進委員会」委員募集

- 応募資格 市内在住の20歳以上75歳以下の方（公募者は他の審議会へは参画できません）
- 募集人員 1名
- 任期 委嘱日から諮問に係る審議終了まで
- 審議会の内容 市長の諮問に応じて、男女共同参画計画の策定に関する事項、男女共同参画の推進に関する条例の制定に関する事項等の調査審議をします。
- 応募方法等 男女共同参画課及び各地域自治センター庶務課にある所定の申込書に「男女共同参画社会について思うこと」と題したレポート（800字以内・書式自由）を添えて、男女共同参画課または各地域自治センター庶務課に提出。レポートと面接により決定させていただきます。
- 応募締切 6月9日（金）

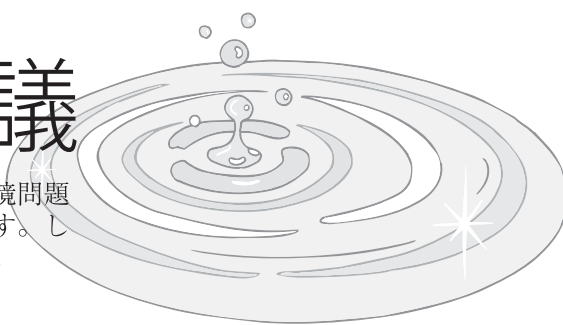
問
市男女共同
参画課
☎23・5245

附属機関等の委員を募集します



うえだ環境市民会議

うえだ環境市民会議は、環境について学び、日ごろ感じている環境問題を自由に話し合い、環境を守る行動を自ら提案し実践できる組織です。しかも、市民一人ひとりをつなぐ個人と個人の環境ネットワークです。



募集

現在、うえだ環境市民会議では、新しいプロジェクトチームの活動に参加できる皆さんを募集しています。
参加できる方は、生活環境課(☎23・5120)まで連絡してください！

プロジェクトの例

エコライフ探偵団
公共の施設、工場、一般家庭など環境に配慮している度合いを見せてもらう

地球SOS
地球温暖化を阻止して、動植物の育成環境の健全化を！

環境地域通貨
環境活動した人にその通貨を渡し、ゴミ袋購入費や循環バス乗車に使う

子どものための環境紙芝居づくり
未来の子どもたちのために、楽しみながら学習できる機会をつくり、学習しながら毎日の生活の中で親子で実践できることをめざす

身近な緑の環境づくり
樹木の成長とCO₂、植物と大気と温度の関係、植物と生活環境をさぐる

地球温暖化
防止を進める
まち

安心と健康
があふれる
まち

豊かな自然と共生
するまち-上田

地域交通応援団
電車やバスを利用することによりCO₂を減らし、月1回のノーマイカーデー実施に向けての活動

自然豊かな里山づくり
混交複層林の育成と利活用をめざし、里山に親しむ施設、遊歩道と草原などをつくり、そこで各種イベントを実施

ごみ減
日常生活からでるごみの削減と再資源化を考え、行動する

自然の恵みに
包まれた
まち

ゴミゼロの
まち

上田市環境ISOネットワーク
市民、事業者、行政が共にパートナーシップを築き地球環境保全に貢献するとともに、事業者相互の資質向上、地球環境保全に係る情報の交換、提供及び開発事業者への各種情報の提供を目的とする

水の循環
飲み水の源流をたどり、ここら辺の水質とどれだけ違うか調べ、どうしたらきれいにできるかを考えましょう

蚕室造りの民家
塩尻地区の蚕室造りの民家を保存・活用する方法をみんなで考えよう！

うえだ洋館物語
中心市街地に残されている擬洋風建築をより多くの方々に知ってもらうためのガイドブックを作成しよう

花と緑のうるおいある街づくり
上田駅前のお城口周辺の花壇の手入れ、美化清掃

第11回うえだ環境市民会議

入場無料

どなたでも参加できます。
環境に興味のある方はご参加ください。

日時 6月3日(土)午後1時30分～
場所 上田市中央公民館 第2・3会議室
内容 総会など

エコストアをご存じですか？

上田市では環境保全に配慮し、ごみの減量化・再資源化に取り組んでいる市内の小売店などを「上田市エコストア」として認定しています。エコストア認定店を紹介しますので、どうぞご利用ください。なお、エコストアの申請は随時受け付けていますので、お問い合わせください。

問 廃棄物対策課 ☎22・0666

事業所名 (50音順)	所在地	事業所名 (50音順)	所在地
イオン(株)ジャスコ上田店	常田2丁目12-18	(株)ツルヤ山口店	上田1221-1
(株)イトーヨーカ堂上田店	天神1丁目9-1	でんきのこばやし(小林商会)	国分1350-10
Aコープコアしおだ店	中野64-1	長野県連合青果株式会社	秋和531-1
(株)SSV西友秋和店	上塩尻161-1	長野リコー(株)東信支店	芳田516-2
(株)SSV西友上田東店	常田3丁目298-5	平林商店	古里1430-8
(株)SSV西友三好町店	御所607-1	前島製作所	八木沢220-1
(株)エトワール	中央3丁目3-15	(株)マツヤ上田インター店	住吉582-1
家具のみなとや	中央6丁目1-23	(株)マツヤ上田川西店	小泉715-1
かみや酒店	国分559-4	(株)マツヤサンライン上田店	芳田1513-1
(有)孔芸社	諏訪形1578-1	(株)マツヤ上田中之条店	中之条390-2
(株)西友 リヴィン上田店	天神1丁目5-6	マックスバリュしおだ野店	神畑373
(株)瀬川園	中央3丁目2-18	(有)みつみクリーニング店神畑本店	神畑226-6
中部電力株式会社上田電力センター	大屋206-1	(有)ミトベ綿店	常田2丁目16-11
(株)ツルヤ上田原店	上田原449-2	(株)やおふく古里店	古里96-1
(株)ツルヤ上田東店	常田3丁目418-1	リトルランドリー	中央3丁目16-5
(株)ツルヤ塩田店	保野751-2		

不用品 交換 情報

●不用品交換のルール

- ①不用品(ゆずりたいもの)があれば、エコ・ハウスに連絡し不用品の登録をしてください。
- ②広報などで、登録されている不用品を公開しますので、ほしいものがあればエコ・ハウスに連絡してください。
- ③エコ・ハウスから登録した方の連絡先を紹介しますので、登録した方に直接連絡し、双方の責任で不用品の取引を行います(取引はすべて無料です)。あとでトラブルにならないように、その不用品に支障がないことをお互いに十分確認してください。
- ④広報掲載分以外にも多くの不用品が登録されています。ほしいものがあればお気軽にエコ・ハウスまでお問い合わせください。また、エコ・サポート21のホームページ(<http://ecosupport21.web.infoseek.co.jp/index.html>)にも登録されている不用品が掲載されています。
- ⑤ご注意
エコ・ハウスでは登録された不用品を台帳により管理しているだけであり、現品は取り扱いません。不用品の取引は、あくまでゆずりたい人と、ゆずってほしい人双方の責任で行っていただきます。

問
エコ・ハウス
☎23・5144

※詳細についてはエコ・ハウスにお問い合わせください

●ゆずります

子供服(男子70～100cm、女子100～140cm)/マッサー機(ローラー式、10年程使用)/空気清浄機/ラジカセ/レコード/テレビ/ベビーカー(ハイタッチ三段切替、2ヶ月～2歳用)/洗濯機(全自動45リットル)/石油ストーブ/風呂がま(都市ガス)/洋服タンス/サイドボード/げた箱/折りたたみ式学習机/ダイニングセット(90cm×150cm)/靴/ゴルフセット(男性用)/スキーセット(靴27cm)/金魚鉢(角)40×60×50cm/世界美術全集16巻/編機/五月人形/ガスストーブ(都市ガス)/流し台(台所用)/豆炭こたつ1×1m/こたつ板・ふとん/ピアノカ/ドラムセット(消耗している部分あり)

●ゆずってください

チャイルドシート(1歳～)/ベビーカー(双子用)/ベビーベッド/自転車/ガス湯わかし器(都市ガス用、プロパン用)/ワープロ/カラープリンター/掃除機/ビデオデッキ/DVDプレイヤー/CDラジカセ/もちつき機/冷蔵庫/ファンヒーター/事務用机/応接用テーブル/書庫(鍵付90cm×90cm位)/子供用剣道用具一式(小学校低学年用)/レース糸(サマーヤーン)/男性用着物/みそがま/ポリタンク(500リットル)

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	5月20日(土) 10:00～12:00	やおふく古里店、Aコープコア塩田店
	5月27日(土) 10:00～12:00	やおふく上堀店、しおだ野ショッピングセンター
	6月3日(土) 10:00～12:00	ツルヤ上田山口店、マツヤ上田川西店
	6月10日(土) 10:00～12:00	西友秋和店、西友三好町店

新生「上田市」発足記念事業
信州国際音楽村開村19周年記念
信州ルネッサンスふれあい2006

開催日
6月3日(土)

小林桂＋小林洋 クインテットJAZZLIVE

○イベント内容

- 式典(午前10時～10時40分)
- ホールこだまスーパーライブ(午前11時～午後4時)
上田市内音楽団体参加による20分のノンジャンルステージ
- 依田地区伝統芸能
依田神社大神楽奉納(午前9時40分～)
尾野山三頭獅子奉納(午前10時40分～)
- 音楽村楽市・楽座
フリーマーケット(午前10時～午後5時)
苗木の無料頒布、尾野山朝市、木工広場、子ども広場など
- メインコンサート
小林桂＋小林洋クインテット JAZZLIVE
協力／蓼科高校ジャズクラブ、西内小学校金管バンド



小林桂／Jazz一家に育ち、5歳よりクラシックバレエやミュージカルの舞台に立ちつつ、15歳のころよりジャズライブ活動開始。17歳、18歳とインディーズ盤をリリースし高い評価を受ける。1999年、20歳、「日本が誇る若き天才ジャズヴォーカリスト」の呼び名で、東芝EMIよりデビュー。以後様々な賞を受賞し、リリースするアルバムもすべて話題となりメディア間にJazz Vocalブームを呼び起こす。

小林洋／ユーモラスにスウィングするピアニストとして、また、次男・小林桂のレコーディング、コンサートにおける音楽監督を務める。

- 会場 パノラマステージひびき(少雨決行)
- 開演 午後5時30分
- 料金 前売り(一般3,000円、小中学生1,500円)、
いずれも当日500円増、チケット好評発売中！

○フリーマーケット出店募集

当日会場で開催される、フリーマーケットの出店者を募集しています。なお、必要な備品は各自でご用意ください。

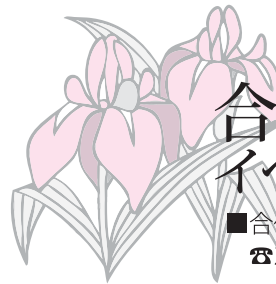
- 場所 音楽村敷地内(野外)
- 参加費 500円(当日受付にて)

○ホールこだまスーパーライブ参加団体募集中

当日、午前11時から開催するスーパーライブの参加団体(15団体)を募集しています。

※フリーマーケットとスーパーライブの申し込みは事務局へ。
なお、スーパーライブは定員になり次第締め切ります。

問・申 (財)信州国際音楽村 信州ルネッサンス
ふれあい2006実行委員会事務局 ☎42・3436 FAX42・3948



合併記念 イベント案内

■合併記念事業事務局
☎22・4100(内線1004)

百瀬和紀とその仲間たちによる ファミリーコンサート

日時 6月3日(土)
午後6時30分開場・午後7時開演
場所 上田文化会館
内容 百瀬和紀(元N響首席ティンパニー奏者)と東京パーカッションクラブ & くにたち金管アンサンブルによるコンサート
入場料 一般2,500円/小中高生1,000円
問合せ 阿部さん ☎24・0355
(株)週間上田新聞社 ☎22・6200

池谷仙之先生を迎えての 自然観察会・講演会

古生物学者で、NPO法人自然史博ネット理事長の池谷仙之理学博士をお迎えして、自然観察会と講演会を開催します。
どなたでも参加できますが、特に自然関連団体の方の参加を募っています。

○自然観察会

日時 5月20日(土)午後1時
光風雨森ハウス集合
(諏訪形1638-4)
内容 岩下の千曲川河床に露出する地層、御所の垂炭層の露頭、富士山の鉱泉湧出群、鴻之巣の地形・地層・生松脂採取痕等の観察

○講演会

日時 5月21日(日)午後1時
光風雨森ハウス
演題 「貴方が今ここに存在することの意味」
ー生物地球科学の視点からー
参加費 自然観察会・講演会
ともに一人500円
問・申 塚原さん ☎090・3093・8801
E-mail:kkotaro@galaxy.ocn.ne.jp

菅平高原カントリーフェスティバル

日時 6月3日(日)午前9時～午後3時
場所 菅平高原国際リゾートセンター前特設会場
内容 牛の丸焼きや山菜のてんぷらなど、好評の模擬店にミニ動物園ほか、家族連れで楽しめる催しです。
問合せ 菅平高原観光協会 ☎74・2003

クアハウスかけゆ

合併記念特別サービス開催中

特典 幼児無料、家族回数券10回→12回
期間 5月15日(月)～7月15日(土)
火曜日定休
問合せ クアハウスかけゆ ☎44・2131

マルチメディア情報センター

☎39・1000 FAX39・1010

パソコン初心者コース(3回コース)

日時 6月5日(月)・12日(月)・19日(月) 13:30~16:00
内容 これからパソコンを始めたい方のための講座です
対象 パソコン初心者
定員 16名(要事前申込み) 料金 3,500円

ママのためのパソコン・デジタルカメラ編 (3回コース)

日時 6月8日(木)・15日(木)・22日(木) 10:00~12:00
内容 デジタルカメラの使い方と活用法
対象 パソコン初心者
定員 16名(要事前申込み) 料金 3,000円
託児 2歳~(要事前申込み)

上田情報ライブラリー

☎29・0210 FAX29・0211

初心者からの情報検索入門講座

日時 5月24日(水)、6月28日(水)、7月26日(水)
10:30~12:00
内容 上田情報ライブラリーにはインターネットや各種商用データベース(信濃毎日新聞社、朝日新聞社、日経テレコン21など)に接続されたパソコンが用意されており、図書館の利用者カードがあれば、無料で利用することができます。この講座では、実際に一人1台ずつパソコンを使い、図書館やインターネットの上手な使い方を学びます。
定員 各回定員15名(主催/上田図書館倶楽部)
受講料 1回500円(別途テキスト代必要)
申込方法 希望日を選んでお申し込みください(電話可)

真田温泉ふれあいさなだ館

☎72・2500 FAX72・4000

各種スイミングスクール

募集期間 随時(平成19年3月まで)
受講料 月謝制(受講する教室により異なります)
入会金 大人2,000円、小人1,200円
(スポーツ保険・事務手数料含む)
入館料 大人400円、小人300円、会員券・回数券有り
詳細 ふれあいさなだ館フロント受付までお問い合わせください

成人水泳

日時 月曜日 10:30~11:15 水曜日 19:30~20:15
内容 初めて水に入る方、泳力に応じた指導をします

リハビリ水泳(シンクロ)

日時 月曜日 13:45~14:30
内容 病後・術後のリハビリ・身体障害・介護協力の方も一緒に参加できます

こども水泳(4歳~年長)

日時 月曜日 17:00~18:00
内容 水なれから泳ぎまで(水が好きになるクラス)

ジュニア水泳

日時 月曜日 18:00~19:00(小4~6年)
水曜日 18:00~19:00(小1~3年)
内容 水なれから泳ぎに挑戦(各自レベルに合わせた楽しいクラス)

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

上田創造館ありがとう!20周年

☎23・1111 FAX24・4100

陶磁展2006

14人の陶芸家の作品に、13流派の華道家の皆さんが花を生けます。(入場料無料)
日時 6月9日(金)~18日(日) 10:00~17:00
生花展示 前期 6月10日(土)・11日(日)
後期 6月17日(土)・18日(日)

太陽の黒点を観察しよう

雨天時はプラネタリウム室で投影会を行います。
日時 6月10日(土) 10:00~11:00 参加費 無料

水中のプランクトンを観察しよう

水田や小川にすむミジンコや藻類などのプランクトンを観察し、写真に記録します。
日時 6月17日(土) 9:30~11:30 参加費 無料
対象 小中学生(保護者) 定員 20名
申込方法 6月14日(水)までに電話またはFAXで

昔話かたりの会

塩田平民話研究会の皆さんによるお話
日時 6月24日(土) 13:30~ 参加費 無料

光と影の遊びを体験!影絵ワークショップ

日時 6月25日(日) 13:30~15:30
(日曜日7回コースの3回目)
次回7/30、8/27、9/24、10/29、11月発表会予定
定員 先着20名(定員に達しない場合コース途中から参加できます。参加費無料)
持ち物 カッター、牛乳パック2枚、ボールペン

春の星空とうちゅうの七にんきょうだい

プラネタリウム(約45分)
毎週土曜日 13:30~、15:00~
日曜日・祝日 11:00~、13:30~、15:00~
入場料 一般260円、高校・大学生210円、小・中学生110円(土曜日は上小地域の小中学生と付添の保護者無料)

星空コンサート

日時 7月8日(土) 19:00~
チケット発売日 6月1日(木)~ 一人1,000円
出演 ジャズ・スタンダードカルテット

衛星通信放送

エルネット「オープンカレッジ」、子ども放送局視聴できます。(3F視聴覚室)
希望者は受付までお申し込みください。

はじめてのパソコン入門

日時 6月21日(水) 9:30~15:30
定員 24名(16歳以上)
参加費 1,500円

Word & Excelポイント

日時 6月24日(土)、7月1日(土)
9:00~16:00
定員 24名(16歳以上)
参加費 4,000円
(テキスト代別途2,100円)

インターネット&メール入門

日時 6月27日(火) 9:30~15:30
定員 24名(16歳以上)
参加費 1,750円(テキスト代別途550円)

パソコン機器が
新しくなりました。
講座内容も
充実しています。



◆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（7か月児健康相談受付／10:00～10:30）

●持ち物 母子健康手帳・赤ちゃん手帳の「おたずね」

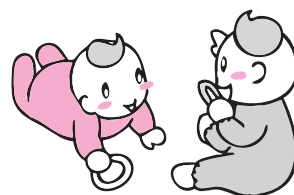
健康診査	実施日	対象者
4か月児健診	6月2日(金)	平成18年1月10日～18年2月4日生
10か月児健診	6月23日(金)	平成17年7月30日～8月31日生
1歳6か月児健診	6月9日(金)	平成16年12月生
2歳児歯科検診	6月13日(火)	平成16年5・6月生
7か月児健康相談	6月14日(水)	平成17年11・12月生

◇予防接種◇

●受付時間 13:00～13:30 ●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	6月8日(木)	平成18年2月生
ポリオ	6月20日(火)	平成17年3月、6～8月生

※平成18年度版保健ガイドもご覧ください。



◆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

●持ち物 母子健康手帳・赤ちゃん手帳の間診票・「歯ブラシ・コップ・飲み物」（2歳児）

健康診査	実施日	対象者
1歳6か月児健診	6月2日(金)	平成16年9～12月生
乳児整形外科検診・ 離乳食教室	6月7日(水)	平成18年1～3月生
2歳児歯科検診・ 親子ふれあい教室	6月21日(水)	平成16年2～5月生
4か月児健診	6月30日(金)	平成18年2月生
7か月児相談	6月30日(金)	平成17年11月生
10か月児健診	6月30日(金)	平成17年8月生

※各種相談・教室の日程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◇

教室	実施日	対象者
赤ちゃん教室	6月26日(月)	平成18年2～4月生

※詳しいことは通知をご覧ください。

◇予防接種◇

●受付時間 13:15～13:30 ●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	6月15日(木)	平成18年1月21日～平成18年3月15日生
三種混合 (百日咳・破傷風・ジフテリア)	6月15日(木)	平成17年6～12月生 平成17年6月以前生まれ(7歳半未満)で3～8週間3回接種その後1～1年半までに1回接種していない方

6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	6 月 6 日(火)	平成18年 1 月16日～ 1 月31日生
	6 月28日(水)	平成18年 2 月 1 日～ 2 月15日生
1 歳 6 か月児健診	6 月 7 日(水)	平成16年11月16日～11月30日生
	6 月21日(水)	平成16年12月 1 日～12月15日生
2 歳児教室	6 月 2 日(金)	平成16年 3 月 1 日～ 3 月15日生
	6 月27日(火)	平成16年 3 月16日～ 3 月31日生
3 歳児健診	6 月13日(火)	平成15年 5 月 1 日～ 5 月15日生
	6 月30日(金)	平成15年 5 月16日～ 5 月31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	6 月20日(火)	平成18年 1 月16日～ 2 月15日生 川辺・泉田地区の方も対象です
---------	-----------	---

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）

2 歳児教室	6 月29日(木)	平成16年 3 月 1 日～ 4 月30日生
3 歳児健診	6 月16日(金)	平成15年 4 月 1 日～ 5 月31日生

●市内委託医療機関

個別10か月児健診	6月受診／完全予約制	平成17年 7 月16日～ 8 月15日生
-----------	------------	-----------------------

◇歯が生えたら教室◇

- 日程 6月7日(水)・21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
- 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◇

- 受付時間 13:30～14:10
- 持ち物 母子手帳、予診票、体温計

BCG予防接種（集団接種）

実施日	会場	対象者
6 月14日(水)	中央公民館	平成18年 2 月生
6 月29日(木)	川辺町会館	生後 3 ～ 6 か月未満でBCG未接種のお子さん

6月の相談コーナー



法律・行政・経営

法律相談(要予約)

6月9日(金)・23(金)13:00～16:00/上田市役所(南庁舎)
問 市生活環境課 ☎23・5120
 6月21日(水)9:00～11:30/丸子地域自治センター
問 丸庶務課 ☎42・3100
 6月17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
 6月21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

6月13日(火)10:00～15:00/上田市福祉会館
問 市生活環境課 ☎23・5120
 6月21日(水)9:00～11:30/丸子地域自治センター
問 丸庶務課 ☎42・3100
 6月23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

6月8日(木)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)

6月21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

6月20日(火)10:00～16:00/上田商工会議所
問 上田商工会議所 ☎22・4500



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
 6月8日(木)・18日(日)・28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
 6月23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
 6月12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

6月1日(木)13:00～16:00/上田市役所(南庁舎)
問 市人権同和対策課 ☎23・5393
 6月12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
 6月15日(木)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)

6月14日(水)9:30～11:30/上田市役所(南庁舎)
問 市健康推進課 ☎28・7123



心配ごと

ひきこもり相談

6月5日(月)13:30～15:00/川西社会福祉センター
 6月19日(月)13:30～15:00/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、6月10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
 6月8日(木)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
 6月23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

6月16日(金)9:30～12:00/丸子地域自治センター
問 丸子ハローワーク上田 ☎23・8609

年金相談

6月22日(木)10:00～12:00・13:00～15:00
 丸子地域自治センター
問 丸子市民生活課 ☎42・1053

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

6月22日(木)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

6月8日(木)13:10～17:00/上田市役所(南庁舎)
 6月13日(火)13:10～17:00/丸子ふれあいステーション
問 市高齢者介護課 ☎23・5140



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

青少年育成相談

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