

高齢者保健福祉総合計画策定	2
移動図書館巡回予定表	4
第24回上田真田まつり	6
情報あ・ら・かると	7
5月の乳幼児健康診断・予防接種	16
5月の相談コーナー	18
市税の納期ごよみ	19

平成18年/2006
No. 2 | 4.16 |

お知らせ版

元気な地域づくり支援事業

みなさんの創意工夫による

地域づくり活動を応援します！

18年度の
支援事業を
募集!!

市民の皆さんが「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
補助要項を参照の上、ふるってご応
募ください。

◇補助対象となる活動事例(活動の ほか、計画の策定も含む)

- ① 地域固有の文化、伝統、産業等
を活かした地域づくり。
- ② 中心市街地に活気を取り戻した
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、原則として小学校通学
区域程度の広がり有すること。な
お、丸子地域の皆さんは「住民提案
型事業補助金(10ページ参照)」、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(飲食代、構成
員に係る人件費などを除く)

◇補助対象団体

5人以上で構成されている市民団
体やグループ。ただし、市から他の
補助金や財政上の支援を受けていな
い団体に限ります。

◇補助率

補助対象経費の10分の6以内と
し、「話し合い等により地域づくり
の計画を策定する場合」は10万円、

「計画に基づいて活動を実践する場
合」は100万円を補助金の上限額
とします。

◇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。

◇申込み

5月18日(木)が申請書の提出期限で
す。ご希望の団体は、お早めにお問
い合わせください。なお、申請書は
市役所市民協働課及び、武石地域自
治センター地域振興課窓口と市の
ホームページにあります。

問 上田市役所

市民協働課 市民協働担当係
☎ 22・4100(内線1354)
武石地域自治センター
地域振興課 地域政策担当係
☎ 85・2311(内線21)

いつまでも元気で、安心して、自分らしく
 生きることができると長寿社会をめざして
「いきいき安心長寿プラン」
 を策定しました！

(上田市高齢者保健福祉総合計画)

問
 高齢者介護課
 ☎23・6246



いきいき安心長寿プランを支える

施策の話

●高齢者の仲間づくりと社会参加 支援・介護予防の一層の推進

高齢者の知識・経験・能力を生かす地域づくりが求められています。「地域とのつながりを深め、生きがいをもって生活する活動的な高齢者」の育成・支援に努めます。近年、「生活習慣病」や生活の中で身体を使わなくなることによる「生活不活発病」が増え、それらが原因で要支援、要介護となる高齢者が増加しています。介護が必要になることを防ぎ、必要になってもそれ以上進まないように、高齢者の自立に向けた取り組みを推進します。

●地域での支援体制を強化

介護が必要となることを予防し、介護の程度が比較的軽い方の自立をめざす「介護予防拠点」として、また、高齢者とその家族の「総合相談

窓口」として、保健医療の向上と福祉の増進を目的に「地域包括支援センター」を市内10か所に創設します。

●地域密着型サービスを開始

「地域密着型サービス」は、高齢者が中重度の介護状態となっても、住み慣れた自宅や地域での生活を継続できるように支援する介護サービスです。

サービス拠点は、介護を必要とする高齢者が生活している「日常生活圏」に置かれます。また、このサービスの指定、指導及び監督は市が行います。

●介護保険事業の適正かつ 安定的な運営の確保とその周知

要介護認定者の増加に伴い、保険給付費は年々増加しています。介護

保険制度が、将来も高齢者の皆さんを支える制度となり続けるためには、制度をよく知っていただき、大切に使用していただくことが必要です。出前講座等を通じてこの制度の一層の周知を図り、また、介護事業の点検やサービス基盤の計画的整備と適正な認定の確保に努めます。

●所得の少ない方に配慮

次項で説明する今回の保険料の改定等に伴い、その負担が特に大きい、所得の少ない方への対策を行います。

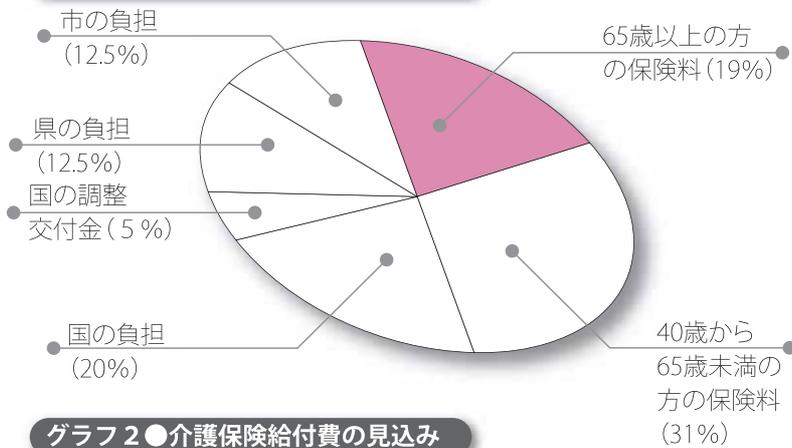




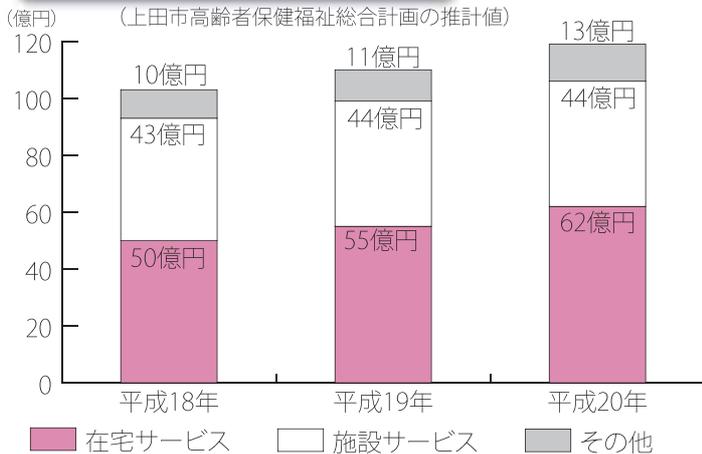
いきいき安心長寿プランを支える

介護保険料の話

グラフ1 ● 介護保険給付費の負担割合



グラフ2 ● 介護保険給付費の見込み



○ 介護保険料が改定されました
 介護保険制度は、在宅サービスや施設サービスなどの介護サービスにかかる費用の1割を介護サービス利用者が負担し、残りの9割(介護保険給付費)を、国・県・市の負担とします(グラフ1)。介護保険料は、3年ごとに見直しを行い、その地域の介護サービス費の見込によって、算定されます。

今後、高齢者人口の増加、サービス利用者やサービスの利用量の増加が予想されることから(グラフ2)、高齢者の皆さんが必要な介護サービスを利用していただくためには、それに応じた保険料の改定が必要になります。
 平成18年度から20年度までの上田市の介護サービス費などを推計し、保険料の基準月額※は、4,080円に改定され、年額保険料は、区分に応じて下表のとおりとなります。保険料の改定に対する皆さんのご理解をお願いします。

※基準月額…65歳以上の方の平均的な月額保険料

65歳以上の方の年額保険料 (平成18年度～20年度)

区分	対象者	料(倍)率	基準月額 [※]	年額
第1段階	・生活保護受給者 ・市町村民税世帯非課税で老齢福祉年金受給者	0.50	4,080円	24,500円
第2段階	・市町村民税世帯非課税で課税年金収入等80万円以下の者	0.65		31,800円
第3段階	・市町村民税世帯非課税で第2段階以外の者	0.75		36,700円
第4段階	・本人市町村民税非課税者	1.00		49,000円
第5段階	・市町村民税課税者で合計所得額が200万円未満の者	1.30		63,600円
第6段階	・市町村民税課税者で合計所得額が200万円以上400万円未満の者	1.65		80,800円
第7段階	・市町村民税課税者で合計所得額が400万円以上の者	2.00		97,900円

訂正とお詫び

広報4月1日号11ページの介護保険の特集のなかに誤りがありました。川西地域包括支援センターの電話番号が「☎31-0006」となっておりますが、正しくは「☎31-0031」です。関係する皆様におわびして、訂正いたします。

武石地区にも移動図書館車が巡回します。

移動図書館「あおぞら号」巡回予定表

[巡回期間]平成18年5月～平成18年9月 丸子金子図書館

コース	東内・西内 (火)	東内保育園 三才山病院 陽寿荘 (水)	腰越・依田 (木)	中丸子 下丸子 長瀬 (火)	中丸子保育園 依田保育園 武石地域 (水)	塩川・藤原田 (木)
日程	5/9 23	5/10 24	5/11 25	5/16 30	5/17 31	5/18
	6/6 20	6/7 21	6/8 22	6/13 27	6/14 28	6/1 15 29
	7/4	7/5 19	7/6 20	7/11 25	7/12 26	7/13 27
	8/1 22	8/2 23	8/3 24	8/8 29	8/9 30	8/10 31
	9/5	9/6 20	9/7 21	9/12 26	9/13 27	9/14 28
駐 停 車 場 所 . 時 間	JA東内支所 9:40～9:55	辰ノ口公民館 9:40～10:00	深山公民館 9:40～9:50	市営中丸子 団地内広場 9:40～9:50	中丸子保育園 9:45～10:15	ちぐさ幼稚園 9:45～10:10
	↓	↓	↓	↓	↓	↓
	和子公民館 10:00～10:10	東内保育園 10:10～10:40	道久公民館 10:00～10:10	下丸子公民館 10:00～10:10	依田保育園 10:25～10:55	コミュニティー センター塩川 10:15～10:40
	↓	↓	↓	↓	↓	↓
	荻窪公民館 10:20～10:30	西内保育園 10:50～11:20	みなみ保育園 10:15～10:45	市営上長瀬団地 10:15～10:30		県営石井団地 10:50～11:00
	↓	↓	↓	↓		↓
	虚空蔵堂駐車場 10:40～10:50	三才山病院 12:30～13:00	向井公民館 10:50～11:00	上長瀬公会堂 10:35～10:45		狐塚公民館 11:05～11:25
	↓	↓	↓	↓		↓
	霊泉寺中屋駐車場 11:00～11:20	にしうち敬老園 13:20～13:35	上組公民館 11:10～11:20	丸子市民センター 10:50～11:10		塩川保育園 13:20～13:50
	↓	↓	↓	↓		↓
宮沢公民館 11:30～11:40	陽寿荘 13:40～14:00	中山公民館 13:10～13:20	コミュニティー センター下長瀬 13:15～13:25	下本入公民館 13:30～13:40	坂井公民館 14:00～14:10	
↓		↓	↓	↓	↓	
戸羽公民館 13:20～13:35		北原公民館 13:25～13:35	東街道公民館 13:30～13:45	築地原 トレーニングセンター 13:50～14:00	郷仕川原公民館 14:15～14:25	
↓		↓	↓	↓	↓	
中村公民館 13:40～13:50		コミュニティー センター熊の森 13:45～14:00	東組公民館 13:50～14:00	小沢根公民館 14:15～14:25	南方公民館 14:35～14:45	
↓		↓	↓	↓	↓	
天竜寺広場 14:00～14:10		尾野山公民館 14:10～14:20	練合公民館 14:10～14:20	余里公民館 14:35～14:45	藤原田公民館 14:55～15:10	
↓		↓			↓	
鹿教湯病院 14:15～14:50		依田茂沢公民館 14:30～14:40			長瀬保育園 15:30～16:00	
↓		↓				
鹿教湯公民館 14:55～15:10		三角公民館 14:50～15:00				



本を返すには

- ①次回の巡回日に、移動図書館車に本をお持ちください。
- ②エコール内のどの図書館、図書室へ返却していただいてもかまいません。

本を予約するには

他の方が借りている本、未購入の本、エコール内の他の図書館にある本を借りたいときには、予約（リクエスト）申込書に記入して、係員にお渡しください。

問い合わせ先

上田図書館
TEL : 22-0880 FAX : 28-1118
丸子金子図書館
TEL&FAX : 42-2414

新生上田市の誕生に伴い、新たに真田・

移動図書館「やまびこ号」巡回予定表

[巡回期間]平成18年5月～平成18年9月 上田図書館

コース	中塩田 川辺 浦里 (水)	室賀 東塩田 富士山 (金)	真田本原 真田菅平 真田長 (火)	神科 中塩田 西塩田・別所 (水)	塩尻 西部 城下・新田 (水)	真田本原 真田傍陽 (火)	神科・豊殿 城下 川辺 (水)	浦里・神川 (金)
日程	5/10	5/12	5/16	5/17	5/19	5/23	5/24	5/26
	6/7	6/9	6/13	6/14	6/16	6/20	6/21	6/23
	7/12	7/14	7/18	7/19	7/21	7/25	7/26	7/28
			8/8			8/22		
	9/6	9/8	9/12	9/13	9/15	9/19	9/20	9/22
駐 停 車 場 所 ・ 時 間	学海南団地 LPガス置き場前 9:30～9:50	旧下室賀 生活改善センター 9:30～9:45	下原公民館 10:00～10:20	旧長島公民館 横駐車場 9:20～9:35	下塩尻公民館 9:25～9:45	本原地区 コミュニティ消防センター 9:50～10:10	川原会館前 9:15～9:30	日向公民館前 9:30～9:45
	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
	保野公民館 9:55～10:10	しいのみ園 室賀職員駐車場 9:55～10:10	本原担い手 研修センター 10:25～10:45	伊勢山バス停 付近 9:45～10:00	上塩尻公民館 9:55～10:15	曲尾公民館 10:20～10:40	ひかり 自治会館 9:40～10:00	岡公民館 9:55～10:10
	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
	下小島公民館 10:20～10:40	入組集会場 10:15～10:30	戸沢公民館 10:55～11:15	富士見台団地 自治会館 10:10～10:25	秋和公会堂 10:30～10:45	入軽井沢 公民館 10:50～11:10	森公民館 10:15～10:30	仁古田公民館 10:20～10:35
	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
	築地公民館 10:50～11:05	ささらの湯 入口駐車場 10:40～11:05	生涯学習館 11:20～11:40	上野が丘 公民館 10:35～10:50	常磐町 自治会館 10:55～11:20	傍陽西部地区 コミュニティセンター 11:15～11:35	下郷公民館 10:40～10:55	小泉区民会館 10:45～11:00
	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
	藤ノ木 自治会館前 14:40～14:55	桜団地 北側駐車場 14:15～14:35	横沢公民館 13:00～13:20	西野竹 自治会館 11:00～11:15	緑が丘北 会館前 14:25～14:40	子育て 支援センター 11:40～12:00	赤坂公民館前 11:05～11:20	大屋大石橋 付近 14:10～14:30
	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
	越戸 第2集会場 15:00～15:20	下組自治会館 14:40～15:00	大日向公民館 13:30～13:50	五加自治会館 13:30～13:50	緑が丘会館前 14:50～15:10	旧傍陽村 役場跡地 13:10～13:30	中村自治会館 15:00～15:15	みすず台南 公民館前 14:40～15:00
	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
	浦野公民館 15:30～15:45	奈良尾公民館 15:10～15:25	菅平高原国際 リゾートセンター 14:15～14:40	中野公民館 14:00～14:15	城下駅前広場 15:25～15:45	横道公会堂 13:35～13:55	東築地団地 南側広場 15:30～15:45	みすず台北団地 団地内駐車場 15:10～15:30
	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
	川西こども館 15:55～16:15	平井寺公民館 15:30～15:45		西塩田会館 14:25～14:40	大星 児童センター 16:00～16:20	三島平公民館 14:10～14:30	川辺町 児童センター 15:55～16:10	上青木 尾崎宅庫前 15:40～15:55
	東塩田小学校 体育館前 15:55～16:20		手塚公民館 14:50～15:10				神川 児童センター 16:05～16:20	
			別所温泉 観光駐車場 15:20～15:35					
			セレーノ八木沢 東入口公園前 15:45～16:05					



本を
借りるには

- ① 借りたい本といっしょに「利用者カード」をお持ちください。
- ② 「利用者カード」をお持ちでない方は、住所、氏名等が確認できる免許証などを持参して、移動図書館車や最寄りの図書館などで申請書に御記入ください。利用者カードの発行は無料ですが、再発行する場合は300円かかります。「利用者カード」には有効期限がありません。

- ③ エコール内のどの図書館、図書室でも共通の利用者カードとして利用できます。
- ④ 1人10冊まで借りることができます。



新上田市
発足記念

4月29日(土)
10時～15時

第24回上田真田まつり

● 場所

上田城跡公園、中心商店街、
上田駅お城口

● 内容

上田城千本桜まつりのフィ
ナーレを飾る「上田真田ま
つり」が今年も次のとおり
開催されます。ご家族、ご
友人等お誘いあわせのう
え、真田ロマンの1日を満
喫しましょう。

【上田城跡公園】
[10:15～12:15]

- ・ 真田御輿
- ・ 獅子舞(上原三ツ頭獅子、房山獅子)
- ・ 出陣狼煙
- ・ 信州真田鉄砲隊演武
- ・ 真田武者行列

【中央商店街】

- ・ 楽市楽座・フリーマーケット[10:00～15:00]
(上田商工会議所駐車場)
- ・ 民踊流し、江戸芸かっぽれ[11:40～12:40]
- ・ 武者行列[12:40～13:40]
(真田軍)
上田城跡公園→大手町→中央交差点→原町→海野町→中央交差点
(徳川軍)
上田駅お城口→松尾町→中央交差点→海野町
- ・ 真田軍対徳川軍上田城攻防綱引き決戦[13:50～14:00]
(中央交差点)
- ・ 上田城三の丸帰陣の儀・閉会式[14:00～]
- ・ 各種商店街イベント

【上田駅お城口】

- ・ 太鼓団体競演[10:00～12:50]
- ・ 太郎山太々神楽「翁の舞」[12:55～13:15]
- ・ 徳川軍出陣の儀[13:20～13:25]
- ・ 徳川軍武者行列[13:25～]
(松尾町方面へ移動)
- ・ 江戸芸かっぽれ[13:30～13:50]

- ・ 上田駅お城口駅前広場一般乗降場駐車場は8時～15時まで利用できません。市営お城口第1・2駐車場(30分無料)をご利用ください。
- ・ 当日は市街地が混雑しますので、公共交通機関をご利用ください。
- ・ ポイ捨て防止条例により、ごみの持ち帰りにご協力ください。

問

上田商工会議所
☎22・4500
上田市観光課
☎23・5408

同日『北国街道柳町・石畳完成祝賀会』開催

時 間 13:40～16:00
場 所 市内柳町一帯
内 容 壁塗り踊、房山獅子、式典、振舞パン、振舞酒など
問合せ 岡崎さん(☎22-0149)

情報
あ・ら・かると

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

金銭物品等の寄附募集に関する条例の廃止

旧上田市と旧真田町において実施されていた「金銭物品等の寄附募集に関する条例」は、合併協議において制定当初の役割を終えたと判断され、廃止となりました。これに伴い、これまで当該区域において寄附募集

新しい農業委員さんです

農業振興・農地に関することは、地元の農業委員さんへご相談ください。

■農業委員会委員
(敬称略/任期：平成18年3月6日～7月19日)

地区	氏名
上田	清水平 八郎
	宮下 晃一
	中村 宗作
神科	宮寄 理
	山崎 弘道
	佐藤 邦夫
豊殿	柴崎 義和
	箱山 敏明
川辺	中村 力
	山岸 征夫
川西	田中 正具
	石川 正純
	西沢 藏夫
塩田	小山 富衛
	水野 善泰
	武田 芳徳
	和田 勝
	荒井 泰雄
	早川 進太郎
	中村 正造
	山寺 義博
	曲尾 善徳
	滝沢 浩
丸子	荻原 定男
	伊藤 良夫
	久保田 博万
	堀内 汀
	吉池 善一
	金井 紀光
	関 與康
	伊藤 忠治
真田	半田 紀吉
	大塚 卷雄
	神田 喜久雄
	若林 正廣
	櫻井 昭雄
武石	海瀬 正之
	掛川 健太郎
	伏見 廣昭
	小山 俊雄

問 市農業委員会事務局(直通 ☎23・5466)または各地域自治センターの農業委員会地域事務所

を行う場合に必要だった市・町への届出が不要となり、今後は寄附を募集する人の責任において行っていただくことになりました。

なお、強制的な寄附等の迷惑行為に対しては、長野県の「公衆に著しく迷惑をかける暴力的不良行為等の防止に関する条例」(昭和39年条例第86号)の第6条及び第15条において罰則規定が設けられていますので、ご承知おきください。

問 市民協働課(内線1354)

身体障害者の方に住宅改修の一部を補助します

●対象 次の要件にすべて該当する方。
①市内在住で、下肢・体幹・視覚・腎臓等の機能障害で身体障害者手帳1級・2級・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

●対象工事 浴場、台所、洗面所、玄関、階段等の整備で身体障害者が常時使用するものに限り、工事の規模は、住宅の一部を改良することにより身体障害者の利便を図れる程度のもので、住宅の一部改築または改造にあわせて行われる工事は含みません。なお、工事は着工から完了までの期間が平成18年8月1日～翌年1月31日であることが条件です。

●補助限度額 90万円

※介護保険法により住宅改修費の給付を受けられる方は、住宅改修に要する経費と20万円とを比較していづれか低い方の金額を除いた額となります。

●申込み 6月2日(金)までに上田市役所福祉課へ。必要書類等がありますので事前に福祉課にお申し出ください。なお、申込み締切日以

降の申請は受付できませんので、ご了承ください。

問 福祉課(内線1987)

ゴールデンウィーク
中のごみ収集は
通常通り行います

上田 地域対象

ゴールデンウィーク期間中のごみ収集は通常通りで、土日以外は毎日収集いたします。ただし、上田クリンセンターのごみの受け入れは暦どおり、土日及び5月3日～5日はお休みとなりますのでご注意ください。なお、丸子、真田、武石地域にお住まいの方は「ごみカレンダー」どおりとなっておりますので、そちらをご覧ください。お問い合わせは各地域自治センターのごみ担当課まで。

問 廃棄物対策課(直通 ☎22・0666)

品目横断的経営安定対策がスタートします

平成19年度より国の制度である品目横断的経営安定対策がスタートし、戦後農政が大きく変わることとなります。

この政策は、今まで全ての生産者を対象とし、米・麦・大豆等、作物ごとに補助をしていた施策を抜本的に見直し、対象者を4ha以上の認定農業者や、20ha以上で一定の条件を備えた集落営農組織に限定をし、支援をするものです。

支援の内容は、「麦・大豆の生産コストのうち販売収入ではまかなえない部分の補てん」と「米・麦・大豆のそれぞれの収入と基準収入との差額を合算・相殺し、減収額の9割を補てん」する二本立てです。

この品目横断的経営安定対策については、19年産より対象となりますが、麦については18年の秋播き以前に対象要件を具備していなければ、助成が受けられません。

上田市においても、農業支援センターを中心として各活性化組合やJA等と連携して、各農家の方に対する周知を図るとともに、できるだけ多くの農家の方が助成要件を満たせるよう取り組んでおります。

なお、制度の詳細については、上田市農林課にお問い合わせ下さい。

問 市農林課(直通 ☎23・5122)

中小企業助成事業の申し込みを受け付けています

商工課では、意欲ある中小企業者を支援するため、平成18年度助成事業の応募を受け付けています。

事業名	新技術等 開発事業助成金	新産業創出グループ 支援事業助成金
対象者	市内の 中小企業者等	3以上の 中小企業者等で 構成するグループ
対象 事業	新技術・新商品 の開発など	新商品開発、販路開 拓などに関する共同 調査研究等
助成率	2分の1以内	2分の1以内
限度額	300万円	50万円

助成事業

- 応募期限 6月30日(金)
- 応募先 市役所商工課
- 採択事業の決定 選考委員会でのプレゼンテーションにより内容を審査して決定します。

問 市商工課(内線1406)

大規模小売店舗説明会のご案内

「大規模小売店舗立地法」に基づく届け出に伴い、次のとおり説明会が開催されます。市内にお住まいの方

や市内で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ます。

- 開催者 ㈱カワチ薬品
- 日時 4月27日(木) 午後2時～
- 場所 上田卸商業協同組合会館(上田市秋和510-2)
- 届出のあった店舗名 カワチ薬品 上田北店(上田市秋和310-5)
- 届出内容 駐車場の台数及び出入口の変更

問 市商工課(内線1404)

介護保険料が年金から天引きされるみなさんへ

平成18年度の介護保険料の年額は7月に決定されますが、4月以降の年金から天引きされる介護保険料についてお知らせします。

- ◆ 2月に年金から天引きされた方は、4、6、8月分(仮徴収分)については、7月に平成18年度の保険料の年額が決定するまでの間、暫定的な保険料が天引きされます。4月分は今年の2月分と同額で、6月と8月分は、平成18年度の天引き額ができるだけ平均化するよう調整した額になります。
- 10、12、2月分の天引きについては、決定した保険料の年額から仮徴収分を差し引いた残額が、各月

に分割して天引きされます。
◆ 2月に年金から天引きされなかった方は、年間18万円以上の公的年金を受給している方は、今年の10月から天引きになります。

問 高齢者介護課(直通 ☎23・6246)または各地域自治センター健康福祉課

消防はしご車が車両整備に入ります

上田中央消防署に配置されている35メートル級はしご車がオーバーホールのため、4月6日から7月31日までの間、工場入りとなります。この間、出動が必要になった場合は、上田南部消防署及び千曲坂城消防本部にはしご車を要請しますので、ご理解とご協力をお願いします。また、住民の皆様への火災予防に対するご協力も重ねてお願いします。

問 上田中央消防署 ☎26・0019

市の行政相談委員のみなさんです

国、県、市等が行っている仕事への要望や苦情、意見などを住民の皆さんからお聞きし、その解決や実現を図ることを目的としているのが「行政相談」です。行政相談委員は、総務大臣の委嘱を受け、第三者的立

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(2月分)。

- ◇竹田寛様(金管楽器7台・譜面台7台等、図書87冊/東小学校へ)
- ◇春日幸人様(竹とんぼ480本/市内各小学校へ)
- ◇上田睦様(30万円/青少年の健全育成のため)
- ◇上田ライオンズクラブ様(図書/市内中学校へ)
- ◇チャコット株式会社様(新体操用のボール2千個/市内小中学校へ)
- ◇染屋の森の会様(冊子「塩田平の花」930冊/塩田地区小学校6年生及び塩田中学校へ)
- ◇本道家具製作所様(赤松材製の市章入り演台1基/市役所本庁舎会議室の演台として)

問

20 市生活環境課(直通 ☎ 23・51)

氏名(自治会・区名)	電話番号
坂田 章(柳 沢)	38・2457
関 清子(城 北)	23・1466
宮沢由昇(下之条)	27・6779
竹沢朝代(柳 沢)	38・5807
山崎征夫(下長瀬)	43・2440
松尾吉隆(真 田)	72・2603
柳沢正人(上武石)	85・2105

市の行政相談委員(敬称略)

●

場所 上田市福祉会館(2階和室)

●

日時 毎月第2火曜日 午前10時

●

午後3時

場から公正な判断を行い、「住民と行政のパイプ役」として相談に応じ、その解決のためのお手伝いをします。相談は無料で秘密は守られますので、お気軽にご相談ください。

アクアプラザの営業時間が 試行延長になります

5月1日から8月31日まで、「アクアプラザ上田」の営業時間を次のとおり試行延長いたします。どうぞご利用ください。

●

期間 5月1日(月)～8月31日(木)

●

営業時間 午前10時～午後10時

●

(利用は午後9時30分まで)

問

アクアプラザ上田 ☎ 26・2626

国民年金保険料は 前納がお得です

国民年金には保険料をまとめて納付すると、割引される前納制度があります。一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。前納を希望する方は、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」に一年と

半年前納の納付書が添付されていますので、お近くの金融機関やコンビニなどで納付してください。また、今まで毎月の口座振替にされていた方で、今年度は前納を希望する場合は、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。

一年前納の場合(5/1納付期限)	
毎月納付の場合	166,320円
1年前納の場合	163,370円
(2,950円の割引)	
半年前納(5/1、10/31納付期限)	
毎月納付の場合	83,160円
半年前納の場合	82,480円
(680円の割引)	

一年前納と半年前納の割引額

問

22 小諸社会保険事務所 ☎ 0267・1080

新幹線沿線地域の皆様へ 夜間工事のお知らせ

JR長野新幹線のレール面を滑らかにする夜間工事を次のとおり予定しています。騒音防止には十分注意しますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

●作業日時 4月25日・26日、5月16日の午後11時30分～午前5時(予定)

募 集

Information a La Carte

廃棄物処理審議会委員を 募集します

「上田市廃棄物処理審議会」の委員を次のとおり募集します。

●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 平成18年6月1日～20年3月31日

●審議会の内容 廃棄物の処理及び減量化に関する審議

●応募方法等 上田市役所廃棄物対策課にある所定の申込書に「循環型社会をつくる」と題したレポーター(800字以内・書式自由)を添えて、廃棄物対策課に提出。レポーターと面接により決定させていただきます。

●応募締切 5月12日(金)

●市廃棄物対策課(直通 ☎ 22・0666)

●センター ☎ 026・224・5487

●施工場所 上塩尻～五里ヶ峯トンネル間

●※作業の状況により、作業日・作業箇所が前後する場合があります。

問 JR東日本長野新幹線保線技術

センター ☎ 026・224・5487

487

●施工場所 上塩尻～五里ヶ峯トンネル間

●※作業の状況により、作業日・作業箇所が前後する場合があります。

問 JR東日本長野新幹線保線技術

センター ☎ 026・224・5487

「住民提案型事業
補助金」の提案事業
を募集しています



住民皆さんの自主的で主体的な活動に対してその一部を助成します。

●募集事業 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・計画づくりなどに対する「企画・研究部門(補助額：上限10万円)」、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事業に対する「実践活動部門(補助額：上限30万円)」の2種類。

●採択事業等の決定 審査委員会において交付事業の採択や補助率を決定します。

●応募方法 5月2日(火)までに丸子地域自治センター(旧丸子町役場)3階、地域振興課の窓口にご持参ください。申込書は同窓口のほか、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(旧町民センター)にあります。

問 丸 地域振興課(直通 ☎42・3247)

太郎山虚空蔵山縦走路
整備ボランティア募集
(Vol.5)

●期日 5月13日(土)
●集合場所 西部公民館

●集合時間 午前7時30分
●申込み 5月8日(月)までに西部公民館へ。持ち物等、詳細については申込み時にお伝えします。

問 西部公民館 ☎27・7544

男女共同参画社会づくり
を推進する地域リーダー
海外研修参加者募集

海外の男女共同参画の事情を視察し、地域の男女共同参画社会づくりのために活躍していただく方を養成する、平成18年度男女共同参画学習アドバイザー海外派遣「地域リーダー海外視察研修」の参加者を募集します。

●視察先 イギリス(11月9日(木)～16日(木))、アメリカ(11月8日(水)～15日(水))

●申込締切 5月31日(水)

●照会先 応募方法や詳細については、社団法人国際女性教育振興会(☎03・3436・5877)へ。

問 男女共同参画課(直通 ☎23・5245)

第35回「うえだこどもまつり」にみんな集まれ!!

●日時 5月5日(祝)午前9時20分～午後3時

●会場 上田城跡公園
●内容 忍者体験、グラウンドゴルフ体験、工作、ゲーム、消防車展示、放水体験など

●参加費 無料
●うえだこどもまつり事務局(担当・宮澤) ☎080・3483・4357

催し
Information a La Carte

信濃国分寺資料館特別展
「上田地方の古墳文化」

信濃国分寺資料館では特別展「上田地方の古墳文化」古代のムラの生活」を開催します。三世紀後半から七世紀末までの古墳時代のムラの生活を、遺跡から出土した土器や石器、金属器などで紹介します。今回は琵琶塚遺跡(小泉)、林之郷遺跡(林之郷)、西之手遺跡(古里)や丸子地域の社軍神遺跡(三角)、宮原遺跡(長瀬)、真田地域の四日市遺跡(長)などから出土した土器、石器などの貴重な資料も展示します。大勢の皆様のご来館をお待ちしております。

●開催期間 4月29日(土)～6月11日(日)
●会場 信濃国分寺資料館
●観覧料 一般250円(市内の小・中・高校生は無料)
●休館日 水曜日、祝日の翌日(5月の連休中は開館)
●信濃国分寺資料館 ☎27・8706

不用品
交換情報

- ゆづります
タップ・延長コード/ふとん乾燥機/都市ガス用湯わかし器/介護ベッド(電動)/スチール机/毛糸/掛敷ふとん
- ゆづってください
チャイルドシート(新生児用)/テレビ/電気ポット/洗濯機/パソコン用モニター/テレビ/自転車(大人用)/折りたたみベッド/収納庫/鉄びん/メトロノーム

*この他にもたくさんあります。不用になった物、ほしい物がありましたら、エコ・ハウス(上田クリーンセンター敷地内)までご連絡ください。受付は午前10時～午後4時まで。取り引きは全て無料です。登録方法等、詳細はエコ・ハウスへお問い合わせください。

問 エコ・ハウス ☎23・5144

ウィークエンドリサイクル 4月22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
5月6日(土) 10:00～12:00 ツルヤ上田山口店、マツヤ上田店

情報あ・ら・かると

真田地域体育祭は
5月14日に開催!!



5月14日(日)に真田運動公園グラウンドにおいて「真田地域体育祭」を開催いたします。

新市になって初の体育祭となり、爽やかな1日を過ごしましょう。真田地域をあげての大運動会に、大勢の皆さんのご参加をお待ちしております。
真田地域教育事務所スポーツ振興係 ☎72・2655

「上田市陸上カーニバル
2006」参加者募集!!

●期日 6月4日(日)

●会場 上田城跡公園陸上競技場

●対象 ①市内の小学2～6年生男女、②上小の中学生男女、③市内在住の勤の一般男女(高校生・大学生を除く)

●種目 ①4×100mリレー(小学2・3年生/男女混合可)、②100m・1000m・走幅跳・ソフトボール投げ・4×100mリレー(以上、小学4～6年生)。リレーは4年生のみ男女混合可、③100m・1500m・走幅跳・砲丸投・4×100mリレー(以上、中学生)、④100m・1500m・走幅跳・砲丸投(以上、一般)

●参加料 500円(保険料、ゼッケン代含む)

●申込み 5月12日(金)までに申込書に必要事項を記入のうえ、参加料を添えて上田市教育委員会体育課または各地域教育事務所(体育担当係)へ。受付は当日会場にて行います。
上田市教育委員会体育課 ☎23・5105

「上スポートレクリエーション祭06
「百体観音ふれあいウォーク」開催

●日時 5月21日(日)午前8時30分～

●会場 東御市中央公園(芝生広場)

●コース 東御市80番観音スタート、50番観音スタートの2コース

●申込み 氏名、年齢、住所、連絡先を電話またはファックスで、上田市教育委員会体育課または各地域教育事務所(体育担当係)へ。
実行委員会事務局(上田市教育委員会体育課内) ☎23・5105 / Fax 23・3745

「こどもの日」すもう大会
が開かれます

●日時 5月5日(祝)午前9時～受付

●会場 上田城跡公園相撲場(陸上競技場西側)

●対象 市内の保育園・幼稚園児、小学生

●参加費 無料

●申込み 4月28日(金)までに上田市教育委員会体育課または各地域教育事務所(体育担当係)へ。受付は当日会場にて行います。
上田市教育委員会体育課 ☎23・5105

金子みずぐの世界
くほろりこぼれる
露のようにな

金子みずぐのやさしい詩が、いま人びとの心をとらえています。女性が自分の意志を通して生きていくかった時代に、何を願って生きていたのか、みずぐの詩と人生を読んでいきましょう。

●日時 4月26日(水)、5月17日(水)、31日(水)、6月7日(水)の午後2時～4時(全4回)

●会場 上田情報ライブラリー(上田駅前ビル「パレオ」内)

●講師 堀井正子さん(近代文学研究家)

●定員 70名

●受講料 一般3500円、会員2000円

●財団法人八十二文化財団(教養講座担当) ☎026・224・0511

< 広告欄 >

4月から診療時間の変更があります。



あおやぎ眼科

上田菅平インターチェンジそば

TEL.0268(28)6688

<現在の時間表>

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	○	×

<4月からの時間表>

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	×

<4月からの休診日>

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)

4月から月曜午前、金曜午後の外来は休診となります。

四季折々のふるさと再発見!!
花桃の郷ウォーク

花咲か爺さんの会員の皆さんが、丹精込めて育てた花桃が咲く「余里の郷」をみんなで歩いてみませんか?
●日時 5月3日(祝)午前9時30分集合
※雨天中止

- 集合場所 武石体育館駐車場
- 参加対象 どなたでも参加できます。ただし、小学生以下は必ず保護者と一緒に参加してください。
- コース 武石体育館から上余里までの間を往復(約12km)。途中、昼食を摂って午後3時頃帰着の予定。
- 参加料 無料
- 服装と持ち物 運動の出来る服装及び靴、お弁当、水筒など。
- 申込み 不要です。直接、集合場所へお出かけください。なお、開花の時期と合わない場合もありますので、ご了承ください。

武石公民館 ☎85・2030

新市誕生記念
「コアカアまつり」開催!!

●日時 5月5日(祝)
●内容 開館15周年記念式典(午前10時〜)、無料開放、水着バーゲンセール、レストラン利用者にドリンクサービス
●会場 アクアプラザ上田 ☎26・2626

講座・教室

Information a La Carte

チャイルドラインうえだ
第1回無料公開講座

チャイルドラインうえだでは電話の受け手を募集しています。活動に興味がある方はぜひご参加下さい。
●日時 4月29日(土)午後1時30分〜3時30分

- 会場 市民プラザ・ゆう(会議室)
- 内容 「今、なぜチャイルドラインが必要か?」
- 講師 清川輝基さん(上田市在住)

チャイルドラインうえだ事務局 ☎090・3565・7086

丸子公民館カルチャー
クール受講生募集!!

●開講期間 5月中旬〜来年3月
●場所 丸子文化会館
●受講資格 市内在住及び在勤の成人の方

- 講座内容 ①竹工芸(月2回、第2・4火曜日の午後)、②ちりめん工作(月2回、第2・4水曜日の午後)、③純銀粘土(月2回、第1・3木曜日の午前)、④実用書道(月2回、第2・4金曜日の夜)、⑤小盆栽(月1回、第3または第4金曜日の午後)
- 年間受講料 月2回コース(年間)

6000円、月1回コース(年間) 4000円

※教材費は別途

●募集人数 各教室とも20名
●申込み 希望講座名、氏名、住所、電話番号を明記のうえ、電話、はがき、ファックス等で丸子地域教育事務所社会教育課へ。

●申込締切 4月26日(木)必着。ただし、定員になり次第締切ります。
●その他 開講式の通知ははがきでお知らせします。なお、受講者が10名に満たない場合は開講しませんので、その時は電話でご連絡します。また、会場や講師の都合で、開講日の変更になることがありますのでご了承ください。

丸子地域教育事務所社会教育課
(〒386-0404 上田市上丸子1-4-8) ☎42・3147 / FAX 42・3148

妊婦さんの調理実習
「プレマッキング」

●日時 5月25日(木)または6月8日(木)午前10時〜午後12時30分(午前9時45分から受付)

●場所 上野が丘公民館(調理室)
●内容 簡単でおいしいヘルシーメニュー(妊娠期の食事のバランス、食事づくりのコツ、妊娠中から離乳食まで使える料理)
●対象 妊娠5か月から7か月くら

< 広告欄 >



北海道で体育の授業(ラフティング)

クラーク記念国際高等学校(通信制・単位制)

高校卒業証書取得から次のステップ(就職)へ

▷平成18年度新入学生募集(募集期間 4月21日まで)

●中学卒業生対象。自分らしく学習できます。進学希望者歓迎。

▷転入学(在生)、編入学(中退生)ができます。

●今までの取得単位・出席日数が生かされます。

学校説明会

4月22日(土)

時間 ①10:00~②11:00~(2回とも同内容)

会場 国際高等学院長野校

内容 学校概要 入試説明 在校生による学校生活紹介 校内見学 個別相談

対象 中学生・高校生および保護者・教員

クラーク記念国際高等学校 長野キャンパス(上田市)

国際高等学院 長野校

☎0268-26-5515

〒386-0027 長野県上田市常盤城2-6-4 (JR・しなの鉄道上田駅から徒歩15分)

いの妊婦(先着20名)

●申込み 5月8日(月)～17日(水)の午前9時～午後5時の間に電話でお申込みください(土日を除く)

●参加費 500円程度(当日の材料費)

●持ち物 エプロン、タオルなど

問 市健康推進課(直通 ☎ 28・7124)

苗木をプレゼント!! 「上小地区緑のまつり」

4月、5月は緑化推進特別強調月間です。緑化を推進するため、4月29日(土)の「みどりの日」に上小森林センターにて「上小地区緑のまつり」を開催します。苗木の無料頒布や緑化木の展示即売を行います。どうぞ、お出かけください。

●期日 4月29日(祝)

●会場 上小森林センター(上田市富士山2464-226)

●苗木の頒布時間 午前9時45分、午後2時の2回(頒布会は各回の苗木が終わり次第終了します)

問 上小地方事務所環境森林チーム ☎ 25・7138

平成18年度英会話教室 受講者募集!!

●コース 初級(初心者対象)、外国人講師/月2回程度、火曜日の午後7時～8時)、中級(日本人講師/月2回程度、土曜日の午後7時～8時)の2コース

●期間 5月中旬～来年3月(前期・後期各10回の年間20回)

●会場 丸子公民館(丸子文化会館内)

●募集人数 初級、中級とも各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)

●申込み 住所、氏名、電話番号、希望のコースを明示のうえ、電話

●その他 定員になり次第締切りです。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。

問 丸子公民館(〒386-0404 上田市上丸子1488) ☎ 42・3147 / Fax 42・3148

子育て支援センター企画講座「ベビービクス」受講者募集!!

ベビービクスに参加し、赤ちゃんとの心地良いふれあいを楽しみましょう。

●対象 1か月～6か月くらいの赤ちゃんとお母さん

●日程 1コース5回(①5/25、6/8、6/22、7/13、7/27、②5/18、6/1、6/15、6/29)

29 7/5)

●会場 ①清明子ども館、②母子健康センター

●講師 村松純子さん(助産師)

●募集組数 各15組(要予約)

●持ち物 バスタオル

●受講料 無料

●申込み ①は南部保育園、②は塩田中央保育園の各子育て支援センターへ。

問 南部保育園子育て支援センター ☎ 26・3096 塩田中央保育園子育て支援センター ☎ 38・7120

防火管理者資格取得講習会が行われます

●日時 5月17日(水)、18日(木)の午前9時～午後4時30分

●場所 上田市市民会館(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

●申込み 上田広域消防本部または丸子、東御、真田、依田窪南部の各消防署へ。4月24日(月)午前9時から受付開始。

問 上田広域消防本部予防課 ☎ 26・0029

< 広告欄 >

医療・福祉のスペシャリストを育成

Music Therapist

音楽は心に向く治療法【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きている資格です。学会認定資格試験高合格率、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

言葉と聞こえのスペシャリスト【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専門職です。小児から老人まで幅広い対象をサポート。求人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専門職です。国家試験高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3倍以上。東信・北信地域へも多数就職しています。

5/20(土) 学校説明会 開催!

★18年度の学校説明会・体験入学の日程

	日程	実施学科		
		音楽	言語	歯科
第2回 学校説明会	6月17日(土)	○	○	○
第1回 体験入学	7月1日(土)	○	○	
第2回 体験入学	7月22日(土)	○	○	
第3回 体験入学	7月30日(日)			○
第4回 体験入学	8月26日(土)		○	
第5回 体験入学	9月9日(土)	○	○	○
第6回 体験入学	9月30日(土)	○	○	



資料請求・最新情報はWebサイトから(携帯OK)

http://www.nagano-iryousei.ac.jp/

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

春の種まき実技講習会に参加してみませんか

春の種まきの時期がやってきました。春まきの種のまき方から花の育て方まで、実技を交えて楽しく学べます。講師の先生の種まきを目で確かめて、今後の花づくりの参考にされてはいかがでしょうか。

●日時 4月25日(火)午前9時30分～11時30分(雨天決行)

●場所 上田城跡駐車場(櫓下)

●内容 春の種まきと種から育てるポイント(実技講習)

●持ち物 土(市販の種まき用の「培養土」)、容器(プランター、鉢等)、種(当日こちらでも用意しますが、種類等に限りがあります。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)
※外で作業のできる服装でお越しください。

●講師 武田正男さん(上田市農業バイオセンター所長)

●申込み 4月24日(月)までに電話、はがき、ファックスで公園緑地課へ。

●市公園緑地課(直通 ☎ 23・5134 / Fax 23・8247)



平成18年度「上田舞踊教室」受講者募集!!

●開講期間 4月～来年3月(月2回、第1・3金曜日の午後6時30分～8時30分)

※第1回目は4月28日(金)

●会場 上田北小学校体育館

●内容 創作舞踊動きのスケッチ他)、バレエレッスン(習作の公演有り)

●指導 飯田正江さん、吉本さやかさん

●対象 幼児～大人

●受講料 月1,000円、親子1,500円(何人でも)

●申込み 第1回目に受講料を添えて直接会場でお申込みください。

●上田舞踊教室(担当・斉藤 ☎ 24・5403)

お願い

Information a La Carte

「緑の募金」にご協力ください

私たちの暮らしに欠かせない緑を育て、未来に引き継ぐため、「緑の募金」へのご協力をお願いします。緑の募金は、地球温暖化防止につながる森林づくりを支援しています。募金は、「みどりの少年団」の育成や緑化木の配布などに活用されています。

●募金期間 4月1日(日)～5月31日(水)

●市農林課(直通 ☎ 23・5122)

スプレー缶・カセットボンベの出し方にご注意願います

上田地域(旧上田市)では、危険ごみとして各自の資源回収所やウィークエンドリサイクルでスプレー缶やカセットボンベの回収をしています。が、スプレー缶やカセットボンベを出す際は、必ず振って中身がないことを確認してから出してください。ガスが残っていると、収集車や処理施設などの火災原因になりますので、必ず使い切ってからお出しください。

●市廃棄物対策課(直通 ☎ 22・0666)

火の用心!! 緑の恵みを未来まで

3月1日から5月31日まで、「春の山火事予防運動」の実施期間です。山火事を起こさないため、次の点に注意しましょう。
* 枯れ草のある場所でのたき火はやめましょう。
* 山林で野焼きやたき火をする時は、許可や届け出が必要です。市役所に連絡しましょう。

●市農林課(直通 ☎ 23・5122)

< 広告欄 >

全国のご加入者1,520万人(件)!
長野県民の8人に1人が加入されています。

生命共済 満60歳未満で月掛金2,000円か4,000円のコースにご加入いただくと85歳まで自動継続で保障されます。
このご案内は、新しくご加入いただく満60歳未満の方を対象としています。
満60歳～満69歳までの方は「熟年型」へ、満18歳未満のお子様は「こども型」へお申し込みいただけます。ご希望の方は、直接県民共済にお問い合わせください。
※保障内容は年齢によって変わります

営利を目的としない助けあいの制度!
共済金のお支払いと割戻金で掛金の約8割をご加入者に還元しています。
例えば... 2,000円の掛金のうち340円が事業費、1,660円が共済金のお支払いと割戻金に引き当てられます。

共済金 約47%
割戻金 約36%
事業費 約17%

さらにお得な **割戻金** 生命型入院型 **36.21%**
※決算後の剰余金は割戻金として毎年3月末日現在の加入者を対象にお戻ししています。※割戻金の中から払込掛金の5%相当を出資金に振り替えさせていただきます(こども型は除く)。この出資金は組合脱退時にお戻しします。

お問い合わせと資料のご請求は
■上田 ☎0268-24-3985(代) FAX.0268-24-3902
取扱団体長野県認可 長野県民共済生活協同組合 <上田> 〒386-1104 上田市福田9-33

ホームページ <http://www.nagano-kyosai.or.jp/>
携帯電話からはこちらへ▶ <http://kyo-sai.jp/>
元受団体/厚生労働省認可 全国生活協同組合連合会 <http://www.kyosai-cc.or.jp/>
SBCラジオ 県民共済提供「YES! 県民共済 聞いてなるほど」毎週日曜日18:05～18:10放送

マルチメディア情報センター

☎39・1000 FAX39・1010

土曜ビデオ鑑賞会

毎週土曜日(5月13日～)

大人の方が楽しめるビデオ鑑賞会です。

13:30～「三国志」(全47話/3話づつ) 14:45～「ふるさと映像集」

こども向けビデオ上映会

毎週日曜日 13:30～(祝祭日も上映します)

デジタルカメラ講座 写真加工編

日時 4月29日(土) 13:30～16:30

定員 16人 料金 2,000円 対象 パソコン経験者

ママのためのパソコンWORD編

日時 5月11日(木)、18日(木)、25日(木)3日間コース10:00～12:00

定員 16人 料金 3,000円 託児 2歳～(要事前申込み)

対象 初心者

ホームページ作成セミナー

日時 5月14日(日)10:00～16:00

料金 4,000円 定員 16人 対象 パソコン経験者

インターネット入門講座

日時 5月16日(火)13:30～16:00

料金 1,500円 定員 16人 対象 初心者

パソコンシニア塾 第三期生

日程 5月12日より7月28日までの毎週金曜日、
全12回10:00～12:00

対象 60歳以上のパソコン初心者

定員 10人 受講料 12,000円 テキスト代 1,239円

申込締切 5月2日(火) 内容 基本操作とWord入門編

こどもウィーク2006

日時 5月3日(水)～5日(金)10:00～17:00 入場無料(一部有料)

内容 ペーパークラフト(随時)、ジャンボミッケ(随時)、プラ板
アクセサリー(随時/料金100円)、脳力ゲーム(随時)、野外料理
「カートンドッグ」(毎日12:00～/先着40人・料金100円)、ター
ゲットボーリング(毎日13:30～/先着各30人)、ビデオ上映会(毎
日13:30～、14:30～)、セミナー「プリクラをつくろう!」
(毎日11:00～、14:30～/先着各16人)

※先着の場合は、受付にて開催時間の15分前よりお申込みいた

だけます。

アクアプラザ上田

☎26・2626 FAX26・2630

平成18年度春期水泳教室

4月18日(火)～4月24日(月)に来館してお申し込みください。

初心者水なれ教室

日程 5月8日～7月10日の月曜日13:00～13:50

参加料 1700円(保険料込み) 別途入館料がかかります。

ベビー教室(5月1日現在の年齢)

定員 各25組 参加料 1400円(保険料込み)

入館料 750円/回

0歳児(6ヶ月～1歳未満)

日程 5月8日～7月10日の月曜日12:00～12:30

1歳児(1歳～2歳未満)

日程 5月10日～7月12日の水曜日11:00～11:50

1歳児(1歳～2歳未満)

日程 5月12日～7月14日の金曜日12:00～12:50

2歳児(2歳～3歳未満)

日程 5月10日～7月12日の水曜日12:00～12:50

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

市民プラザ・ゆう

☎27・2988 FAX27・3123

エンパワーメント講座

申込み いずれも4月27日(木)に受講料を添えて市民プラザ・ゆうへ

①、②、③は10:00から受付

④、⑤は18:30から受付

その他 託児あり(要事前申込み)

①子育て応援講座

日程 5月9日、23日、6月6日・20日、
7月4日、18日(火)10:00～11:00

対象 1歳～就学前のお子さんとお母さん

定員 15組 参加料 1,800円

②福祉住環境2級資格取得準備講座

日程 5月13日から6月24日までの
毎週土曜日10:00～15:00

定員 30人 受講料 4,200円 テキスト代 4,200円

③ゆうゆう講座アロマセラピー・昼

日程 5月17日、24日、31日(水)13:30～15:30

定員 20人 受講料 900円 材料費 2,500円

④ゆうゆう講座アロマセラピー・夜

日程 5月26日、6月2日、6月9日(金)19:00～21:00

定員 20人 受講料 900円 材料費 2,500円

⑤季節の食材を使った料理講座

日程 5月18日、25日、6月8日、22日、
7月6日、20日(木)18:30～20:30

定員 16人 受講料 1,800円 材料費 3,600円

上田創造館

☎23・1111 FAX24・4100

パソコン教室

それぞれ開催日の7日前までにお申し込みください。

はじめてのパソコン入門

日時 5月9日(火)13:30～15:30

定員 24人 受講料 1,500円

エクセルで作る簡単!家計簿

日時 5月11日(木)9:00～12:00

定員 24人 受講料 1,000円

上手なファイルの整理術

日時 5月16日(火)9:00～12:00

定員 24人 受講料 1,000円

野線(表)入りの書類作成教室

—旅行案内編—

日時 5月19日(金)9:00～12:00

定員 24人 受講料 1,000円

はじめてつかう!Excelの基本テクニック

日時 5月23日(火)、24日(水)、30日(火)、31日(水)9:00～12:00

定員 24人 受講料 4,000円 テキスト代 2,100円

母の日に送ろう!

写真入メッセージカード

日時 5月13日(土)9:30～11:00

対象 5歳以上の子どもと保護者

定員 先着20人 参加費 無料

◆丸子保健センター (旧丸子町にお住まいの方)

☎42・1117

◇乳幼児健診◇ ●受付時間 13:00~13:15 ◇おたんじょう相談◇ ●受付時間 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	5月9日(火)	平成17年12月8日~18年1月9日生
10か月児健診	5月26日(金)	平成17年7月4日~7月29日生
おたんじょう相談	5月16日(火)	平成17年4月・5月生
1歳6か月児健診	5月12日(金)	平成16年11月生
3歳児健診	5月19日(金)	平成15年3月・4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	5月17日(水)	平成18年1月生
ポリオ	5月31日(水)	平成17年9月~12月生



◆真田保健センター (旧真田町にお住まいの方)

☎72・9007

◇乳幼児健診◇

●受付時間 13:15~13:40 ●持ち物 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
4か月児健診	5月31日(水)	平成18年1月生
7か月児相談	5月31日(水)	平成17年10月生
10か月児健診	5月31日(水)	平成17年7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。

◇予防接種◇

●受付時間 13:15~13:40 ●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24日(水)	平成18年2月生
ポリオ	5月29日(月)	1回目:平成17年7月~12月生
		2回目:平成17年1月~3月生

◆武石健康センター (旧武石村にお住まいの方)

☎85・2067

◇乳幼児健診◇

*5月の乳幼児健康診査はありません。

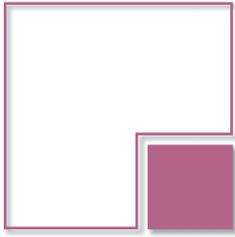
教室	実施日	対象者
離乳食教室	5月11日(木) 16日(火) 22日(月)	個人通知でお知らせします。
1歳児教室	5月17日(水)	平成17年3月~5月生

時間・持ち物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
麻しん・風しん	5月18日(木)	平成17年1月~平成17年4月生のうち麻しんや風しんの予防接種を受けた方やどちらかに罹患した方は受けられません
ポリオ	5月18日(木)	平成17年3月~10月生 平成17年3月以前生まれ(7歳半未満)で2回接種していない方



5月の乳幼児 健康診断 予防接種

◆上田地域保健センター(旧上田市にお住まいの方)

☎23・8244

◇乳幼児健診◇

- 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・健康診査票他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9日(火)	平成17年12月16日~12月31日生
	5月31日(水)	平成18年1月1日~1月15日生
1歳6か月児健診	5月10日(水)	平成16年10月16日~10月31日生
	5月17日(水)	平成16年11月1日~11月15日生
2歳児教室	5月15日(月)	平成16年2月1日~2月15日生
	5月25日(木)	平成16年2月16日~2月29日生
3歳児健診	5月12日(金)	平成15年4月1日~4月15日生
	5月16日(火)	平成15年4月16日~4月30日生

塩田母子健康センター(旧上田市の塩田・川西地区にお住まいの方)

4か月児健診	5月30日(火)	平成17年12月16日~18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23日(火)	平成16年9月16日~11月15日生



塩田・川西地区の2歳児教室、3歳児健診は6月に実施します。

個別10か月児健診	5月受診/市内委託医療機関(完全予約制)	平成17年6月16日~7月15日生
-----------	----------------------	-------------------

◇歯が生えたら教室◇

- 日程 5月10日・17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 母子健康手帳・予防接種予診票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。

BCG予防接種(集団接種)

実施日	会場	対象者
5月1日(月)	中央公民館	平成18年1月生
5月19日(金)	川辺町会館	

ポリオ予防接種(集団接種) ●対象者 平成17年5月1日~10月31日生

会場	実施日	会場	実施日
西部公民館	5月23日(火)	上野が丘公民館	5月30日(火)
神川地区公民館		川西社会福祉センター	
上野が丘公民館	5月25日(木)	中央公民館	6月2日(金)
川辺町会館		川辺町会館	
中央公民館	5月26日(金)		
塩田母子健康センター			



5月の相談コーナー



法律・行政・経営

法律相談

5月12日(金)13:00～16:00／生活環境課 ☎23・5120
 5月17日(水)10:30～12:00／上田商工会議所 ☎22・4500
 5月20日(土)10:00～12:00／社会福祉協議会 ☎27・8080
 5月26日(金)13:00～16:00／生活環境課 ☎23・5120

行政相談(武石地域)

武石社会福祉協議会 ☎85・2466
 5月8日(月)9:00～12:00

行政相談

生活環境課 ☎23・5120
 5月9日(火)10:00～15:00

行政相談(真田地域)

真田社会福祉協議会 ☎72・2988
 5月25日(木)9:00～12:00

土地・建物・不動産鑑定相談

生活環境課 ☎23・5120
 5月11日(木)13:00～16:00

農地なんでも相談

農業委員会 ☎23・5466
 月～金8:30～17:00

登記・法律・行政相談(丸子地域)

庶務課 ☎42・3100
 5月17日(水)9:00～11:30

融資・経営改善特別相談

上田商工会議所 ☎22・4500
 5月22日(月)10:00～16:00



心配ごと

女性のための相談

市民プラザ・ゆう ☎27・3123
 一般相談 月～金9:00～21:00、土9:00～17:00
 専任相談員 5月13日(土)、27日(土)10:00～17:00
 法律相談 5月25日(木)10:00～12:00

ひきこもり相談(要予約)

健康推進課 ☎23・8244
 5月8日(月)・22日(月)13:30～15:30

こころの相談

健康推進課 ☎23・8244
 5月10日(水)9:30～11:30

市民相談・交通事故相談・女性相談

月～金9:00～16:00
 生活環境課 ☎23・5120

人権・悩みごと相談

人権同和対策課 ☎23・5393
 5月11日(木)13:00～16:00

人権・福祉の法律相談

地方事務所厚生課 ☎25・7122
 5月24日(水)9:00～16:00

心配ごと相談

社会福祉協議会 ☎27・8080
 月～金9:00～16:00

心配ごと相談(武石地域)

武石社会福祉協議会 ☎85・2466
 5月8日(月)9:00～12:00

心配ごと相談(丸子地域)

丸子社会福祉協議会 ☎42・0033
 5月8日(月)、18日(木)、28日(日)9:00～12:00



心配ごと

心配ごと相談(真田地域)

真田社会福祉協議会 ☎72・2998
 5月25日(木)9:00～12:00

巡回ハローワーク(丸子地域)

ハローワーク上田 ☎23・8609
 5月19日(金)9:30～12:00

結婚相談(丸子地域)

丸子社会福祉協議会 ☎42・0033
 5月8日(月)9:00～12:00

結婚相談

上田市社会福祉協議会 ☎27・8080
 5月13日(土)10:00～12:00



福祉・高齢者

保険・年金相談

上田年金相談室 ☎25・4425
 月～金9:00～11:30、13:00～16:00

高齢者職業相談

高齢者職業相談室 ☎26・8011
 月～金8:30～17:00

もの忘れ・認知症相談会

高齢者介護課 ☎23・5140
 (丸子)5月9日(火)
 (上田)5月11日(木)13:10～
 (真田)5月25日(木)

介護なんでも相談

高齢者介護課 ☎23・5140
 5月25日(木)9:00～17:00

年金相談(丸子地域)

市民生活課 ☎42・1053
 5月25日(木)10:00～12:00、13:00～15:00



育児・子ども

児童相談

児童保育課 ☎23・2000
 月～金9:00～16:00

児童相談

上田市社会福祉協議会 ☎27・8080
 土曜日13:30～15:30

保育・子育て相談

月～金9:00～16:00
 南部保育園内相談室 ☎26・3096
 塩田中央保育園内相談室 ☎38・7120
 神科第二保育園内相談室 ☎21・1222

児童生徒の不登校相談

月～金9:00～16:00
 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

青少年相談

生涯学習課 ☎22・8080
 月～金9:00～16:00

一日合同行政相談所

生活環境課 ☎23・5120

- 日時 5月11日(木)10:00～15:00
- 場所 リヴィン上田5階市民ギャラリー
- 内容 不動産登記、税金や建築、農地等の疑問など

税金は 希望の明日を 作り出す

(市内中学生の納税標語から)



桜堤防とも呼ばれている依田川沿いの遊歩道「緑の道」(上丸子)

平成18年度 市税の納期ごよみ

税の区分	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
納期限	5月 1日 (月)	5月 31日 (水)	6月 30日 (金)	7月 31日 (月)	8月 31日 (水)	10月 2日 (月)	10月 31日 (火)	11月 30日 (水)	12月 25日 (月)	1月 31日 (水)	2月 28日 (水)	4月 2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増加されますのでご注意ください。
- 3 市税の納付には、便利な口座振替(自動払込)をご利用ください。

◇この「納期ごよみ」は、見やすいところに貼ってご利用ください。

納税 メ



◎私たちが安心して生活していくためには、個人や企業等の活動だけでは賄えない公共サービスや公共施設が必要となります。

上田市では、新生上田市の将来の姿を「キャッチフレーズ～将来像～」として **日本のまん甲 人がまん甲 生活快適都市～水跳ね 緑かがやき 空 ころ 晴わたる まち～**と表現しています。そして新しいまちづくりへの取組テーマである「まちづくり基本方針」を①**認め合い自ら動き個性きわだつ**として、地域特性とコミュニティー活動を大切にし分権型社会を形成する、②**智恵集め技術磨き未来ひらく**として、産業の振興と地域内循環型経済を構築する、③**水跳ね緑かがやき文化はぐくむ**として、めぐまれた自然環境と独自の文化を創造した伝統を未来へ引継ぐ、④**生活快適住んでてよかった**として、円滑な交通体系を築き、安全・安心・快適な生活環境を実現する、⑤**支え合い健やかに女男いきいき**として、先進的な生涯健康づくりを高め、実りある人生を送れるよう共に支え合う、⑥**学び育ち人かがやく**として、いつでも誰でも学べる環境を発展させ、まちづくりを担う人間性豊かな人材を育成する という 六つの柱として定めています。

このようなまちづくりを行うために主要な財源となるものが私たちの納める市税です。

◎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・三井住友銀行・長野銀行・上田信用金庫・長野県信用組合・信州うえだ農業協同組合・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を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をご利用いただけます。）

◎市税を滞納したままですと、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**を受けることとなります。

◎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ることとなります。この費用も、本来は市民の皆さんの福祉、教育、環境整備などに使われるべき、貴重な市税から支出されることとなります。

◎不幸にして火災、風水害などの災害や盗難の被害にあわれたり、生活扶助を受けられるなど**特別な事情がある場合には**、納める時期を遅らせたり、分割して納めることができる場合もありますので、**早めにご相談ください。**

●税金等についての
ご相談・お問い合わせは…
上田市役所
☎22-4100(代表)
または各地域自治センターへ

税 目	課税内容等	納 付 方 法 等
市 県 民 税 軽 自 動 車 税	本庁 税務課 ☎1281～1286	本庁 収納管理課 ☎1301～1306 または 丸子地域自治センター 税務課 ☎42-1030
固 定 資 産 税 都 市 計 画 税	本庁 税務課 ☎1291～1297	真田地域自治センター 市民生活課☎72-0154 武石地域自治センター 市民生活課☎85-2827
国民健康保険税	本庁 国保年金課 ☎1361、1362、1363、1366、1367、1368	

市税の納付は、便利・安全・確実な口座振替(自動払込)で！

口座振替は
(自動払込)

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階収納管理課または各地域自治センターでお申込みください。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られている方へ (お願い)

相続や贈与等で土地や家屋の所有者が変わったり、共有者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送付して送付しています。

○市県民税・固定資産税・国民健康保険税については、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。くわしくは、収納管理課または各地域自治センターへお問い合わせください。