

うえだ市民ギャラリーオープン！

市役所本庁舎1階ロビーの 展示スペースをご利用ください

上田市役所本庁舎1階ロビーにある
ショーウィンドウ「うえだ市民ギャラ
リー」の展示品を募集します。



- 展示例** 各種大会の表彰、トロフィー、上田市のPRになるもの、市民団体の文化・芸術作品など。
- 受付開始** 4月25日(金)～
- 展示開始** 5月1日(木)、応募多数の場合は順番待ちとなります。
- 申し込み** 市役所本庁舎1階総合案内、または上田市ホームページに掲載の所定の応募用紙に記入のうえ、市役所秘書課まで。

問 市秘書課 TEL22・3435

美大生が上田の魅力を表現 上田市ポスターデザイン計画2008展



昨年9月に市内で合宿を行った、女子美術大学メディアアート学科の学生が作成した上田市観光ポスター、別所温泉や上田城跡公園などを題材とした作品約40点を展示します。



- 期 間** 4月28日(月)～5月15日(木)
- 場 所** 上田電鉄別所線上田駅コンコースと別所温泉駅待合室
- 問** マルチメディア情報センター TEL39・1000

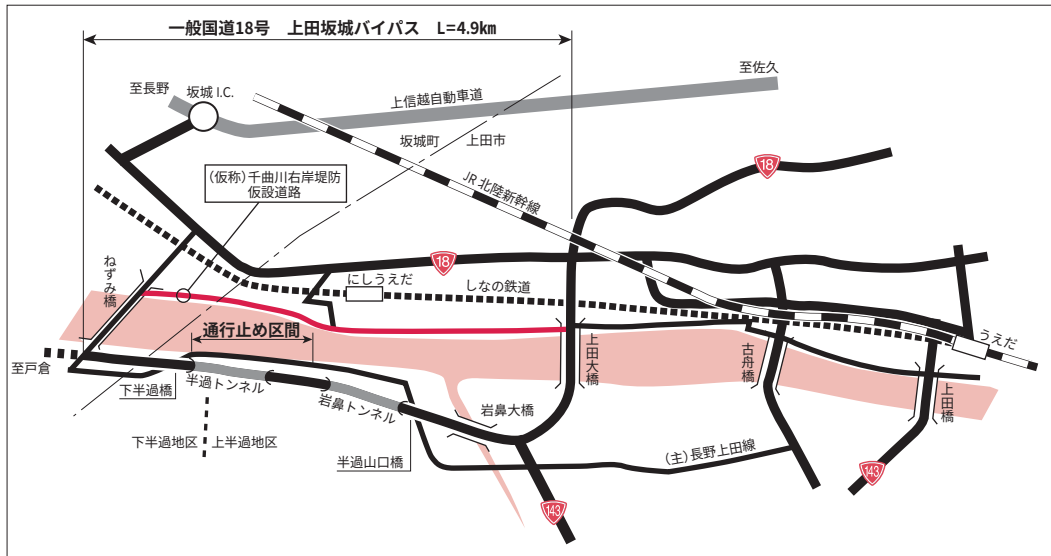
長野上田線の通行止め

上田坂城バイパス半過トンネル掘削工事に伴い、主要地方道長野上田線が、上半過と下半過間で7月ごろから約9か月間(予定)の通行止めになります。迂回路として、千曲川右岸堤防(上田大橋～坂城のねずみ橋)を仮設道路として整備します。

今後、通行止めの具体的な状況について、決定次第お知らせします。

また、ホームページにも掲載する予定です。

問 市地域交通政策課 TEL23・5011 市管理課 TEL23・5125



道路に穴を見つけたら ご連絡ください

通勤や散歩などで、道路などの穴、落石などの障害物、水路や側溝のふたの不具合等を発見した場合は、市役所管理課または土木課、及び各地域自治センター建設課までご連絡ください。

道路や水路の安全性を確保するため、市民の皆さんのご協力をお願いします。

問 市管理課 TEL23・5125 市土木課 TEL23・8242
市建設課 TEL42・1032 市建設課 TEL72・4331
市建設課 TEL85・2793

●県道と国道18号線以外の国道

上田建設事務所 TEL25・7164

●国道18号線 長野国道事務所 TEL22・2737

林野火災を防ぎましょう

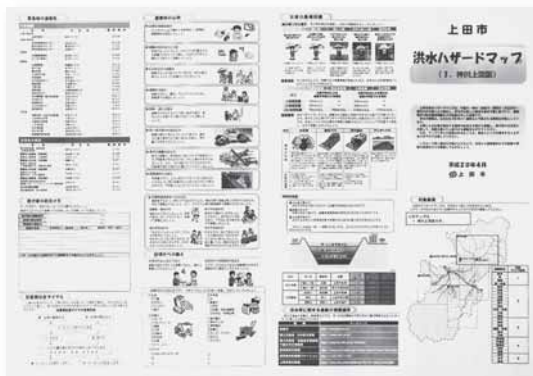
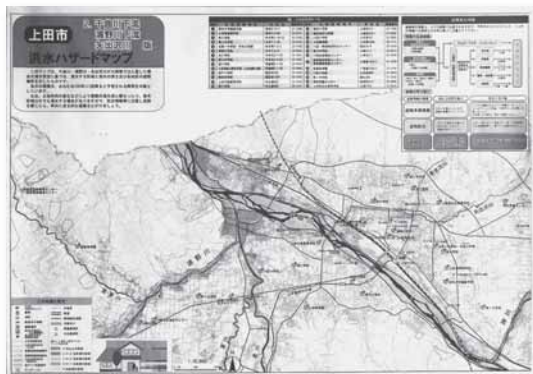
この時期は空気が乾燥し、風の強い日が多くなります。

例年、あぜ焼きや畑の枯れ草などを燃やしていて、強風や突風により林野に延焼してしまう火災が何件か発生しています。強風が予想される時には、あぜ焼きなどは行わないようにしましょう。また、たばこの投げ捨ては絶対しないでください。

なお、あぜ焼きなどの際は、必ず事前に最寄りの消防署に連絡をお願いします。

問 上田地域広域連合消防本部予防課 TEL26・0029 上田中央消防署 TEL26・0119
上田南部消防署 TEL38・0119 上田東北消防署 TEL36・0119
川西消防署 TEL31・0119 丸子消防署 TEL42・0119
真田消防署 TEL72・0119 依田窪南部消防署 TEL68・0119

洪水ハザードマップを 作成しました



マップは、市役所総合窓口及び各地域自治センターにも設置します。また、上田市ホームページでもご覧いただけます(5月上旬を予定)。



台風や集中豪雨などによる洪水被害を防ぐ堤防などの治水施設は、完成させるまでに多大な費用と時間が必要となることから、あらかじめ、浸水想定区域を広く住民に周知し、洪水時における迅速かつ的確な避難が確保できるよう、水防法により、洪水ハザードマップの作成が義務づけられています。

洪水ハザードマップは、国や県から公表された「浸水想定区域」及び「浸水した場合に想定される水深」を地図上に表示するとともに、避難に必要な浸水情報や避難情報などの各種情報を盛り込み、被害を最小限にとどめることを目的としています。

このたび、千曲川、浦野川、神川、依田川、矢出沢川、瀬沢川の浸水想定区域(支流を含みます。また、洪水の規模は、

おおむね100年に1回降ると予想される降雨を想定しています)が示されたことに伴い、洪水ハザードマップを作成しました。各河川の浸水想定区域内にある自治会及び河川に隣接する自治会を対象として、5月上旬に各戸配布を行いますので、万が一の災害に備え、避難場所・避難経路の確認や非常持ち出し品の準備をしておきましょう。

なお、土地利用の変化などにより実際の浸水深と異なったり、表示区域外でも浸水する可能性がありますので、防災情報や気象情報などに注意して、危険を感じたら早めに自主的な避難を心がけましょう。

☎ 危機管理室 TEL 22・4100
(内線1208)

NPO法人コメリ災害対策センターと 物資供給の協力協定

地震や風水害などの大規模災害が発生した場合、被災した住民の多様なニーズに対応するため、大量の生活物資を迅速に供給する必要があります。市では、平時から計画的な備蓄に努めるとともに、小売業の皆さんとの応援協定の締結を進め、これまでに信州うえだ農業協同組合及びコープ長野と締結を行っています。

このたび、NPO法人コメリ災害対策センター(本部：新潟市)との協議がまとまり、3月13日、市役所において協定調印式を行いました。同法人の母体である株式会社コメリは、市内に4店舗(小泉、上田、真田、武石)を有していることから、災害発生時における迅速な対応が期待できます。

☎ 危機管理室 TEL 22・4100(内線1208)



お知らせ

大規模小売店舗説明会

大規模小売店舗の新設届出に伴い、大規模小売店舗立地法に基づく説明会が開催されます。

市内に在住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。

◇説明会

●日時 4月25日(金)午後6時30分～

●場所 上田勤労者福祉センター2階第5会議室

●届出内容

・名称 上田アメリカンドラッグ ショッピングモール

・所在地 上田市踏入2-1154-4 ほか(旧スーパーやおふく上堀店跡地)

・主な業態 ドラッグストア、コンビニエンスストア

・店舗面積 1135・04㎡

●市商工課 TEL23・5395

原油・原材料高騰対策
融資・経営改善特別相談

上田市と上田商工会議所では、中小企業者を対象とした「融資・経営改善特別相談」を毎月開設しています。「原油や原材料価格高騰で収益が

圧迫されている」、「融資を受けたいが手順がわからない」など、日々の経営の問題を解決しませんか。事前申し込みなどの連絡は不要です。当日直接会場へお越しください。

●開催日 4月21日(月)、5月20日(火)、6月19日(木)、7月22日(火)、8月20日(水)、9月22日(月)、10月20日(月)、11月20日(木)、12月22日(月)、平成21年1月20日(火)、2月19日(木)、3月23日(月)

●開催時間 午前10時～午後4時

●場所 上田商工会議所本所4階第1会議室

●相談担当者 中小企業診断士、国民生活金融公庫、長野県信用保証協会、上田商工会議所、上小地域チャレンジ企業相談室コーディネーター、上田市

●相談料 無料

●持ち物 決算書2年分のほか、相談に関係のある書類をお持ちください。

●上田商工会議所 TEL22・4500

●市商工課 TEL23・5395

●市商工課 TEL23・5395

●市商工課 TEL23・5395

●市商工課 TEL23・5395

●市商工課 TEL23・5395

●市商工課 TEL23・5395

●市商工課 TEL23・5395

●市商工課 TEL23・5395

●市商工課 TEL23・5395

税務署への個別照会は
事前予約が必要です

5月1日(木)から、国税に関するご相談のうち内容が複雑で事実関係を確認する必要があるご相談などは、事前に税務署に電話予約をいただきます。上での面接相談となります。

相談を希望される方は、まず電話でお問い合わせください。
●市税務署 TEL22・1234

ゴールデンウィークの
ごみ収集

ゴールデンウィークのごみ収集及び上田・丸子クリーンセンターへの受け入れは、次のとおり行います。

日程	ごみ収集	センター受け入れ
4月29日(火)	通常どおり収集	休み
4月30日(水)～ 5月2日(金)	通常どおり収集	通常どおり実施
5月3日(土) 4日(日)	休み	休み
5月5日(月) 6日(火)	通常どおり収集	休み

●市廃棄物対策課 TEL22・0666

豊かな里山環境づくりに
参加しませんか

上田西ロータリークラブでは、市民の森で自然と人がふれあう里山の整備を行います。里山環境整備に関心のある方はご参加ください。

●日時 5月17日(土)午前9時～昼食後解散

●場所 市民の森

●服装 作業のできる服装で。軽食

と飲み物は用意します。
●申し込み 4月30日(木)までに、電話で上田西ロータリークラブ(上田商工会議所内)まで。
●上田西ロータリークラブ(中山) TEL26・3900

コミュニティ助成事業
助成金で購入しました

(財)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石神自治会では獅子頭・太鼓・笛などを購入しました。今後石神自治会では、伝統芸能の練習に励み地域のお祭やイベントで活動し、地域の文化振興や活性化に活躍することが期待されます。



●生涯学習課 TEL23・6370

参加しませんか
第7回河川環境美化活動

●日時 4月26日(土)午前8時40分集合、作業午前9時～10時(小雨決行)

●場所 千曲川河川敷、中之条緑地グラウンド(古舟橋下)

●持ち物 軍手、長ぐつ、タオルなど

●上田城南ライオンズクラブ TEL27・2567

催し

上小スポーツレクリエーション祭「春の部」
百体観音ふれあいウォーク参加者募集

- 日時 5月18日(日)午前7時45分～(雨天中止)
- 場所 東御中央公園芝生広場スタートゴール
- 内容 ぶらぶらコース／10番観音折り返し(約8km)、さわやかコース／50番観音折り返し(約18km)、チャレンジコース／80番観音折り返し(約26km)のいずれかのコース。新緑の清々しい空気の中自然と歴史ある湯道をスタンプラリー方式で歩くウォーキングイベントです。
- 対象 上田市、東御市、小県郡在住・在勤の方(小学生以下は保護者同伴)
- 参加費 無料
- 持ち物 昼食、飲み物、雨具、タオル、帽子など
- 申込期間 4月21日(月)～5月9日(金)
- 申し込み 氏名、年齢、住所、連絡先、希望のコースを電話またはFAXで、上田教育事務所生涯学習課または、上田市教育委員会体育課、各地域教育事務所体育担当係まで。

☎ 実行委員会事務局(上田教育事務所生涯学習課内)

TEL25・7176 FAX25・7178

市 体育課 TEL23・6372 FAX23・6368

催し

上田地域合同就職面接会

- 日時 4月28日(月)午後1時～4時
- 場所 上田東急イン国際クリスタルホール

●対象 平成21年3月に大学、短大、各種学校などを卒業見込みの方及び大学などの卒業後、社会人経験3年までの方。

☎ 上田公共職業安定所

TEL 23・8609

第57回上田市総合美術展
作品を募集

上田市民または上田市の美術団体に所属している方ならだれでも出品できる美術展です。ジャンルは洋画、日本画、生花、彫刻、書道、俳画、写真、工芸など。出品料は1点につき1000円、観覧は無料です。皆さんの出品と観覧をお待ちしています。

●日時

・作品受付 5月13日(火)午前9時～

正午

・美術作品展示 5月15日(木)～18日

花桃の郷ウォーク

花咲じいさんクラブの会員の皆さんが、丹精込めて育てた花桃が咲く「信州余里の世界中で一番きれいな二週間」をみんなで歩いてみませんか？

●集合日時 5月3日(土)午前9時30分(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。

●参加料 無料

●コース 武石体育館から上余里までの間を往復(約9km)。途中、昼食はさんで午後2時30分ごろ帰着の予定。

●持ち物 弁当、飲み物など

●申し込み 不要。直接、集合場所へお出かけください。

※開花の時期と合わない場合もありますのでご了承願います。

☎ 武石公民館 TEL 85・2030

平成20年度英会話教室
受講生を募集

●期間 5月中旬～平成21年3月(前期・後期各10回の年間20回)

●場所 丸子公民館

●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、金曜日の午後7時～8時)

●募集人数 初級、中級とも各20名で、定員になり次第締め切ります。また、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。

●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)

●申し込み 住所・氏名、電話番号、希望のコースを電話で、丸子公民館までお知らせください。

☎ 丸子公民館 TEL 42・3147

丸子金子図書館
おはなし会

「丸子北小PTA文庫」の皆さんによるおはなし会です。絵本の読み聞かせなどをお楽しみに！

●日時 4月19日(土)午前10時～

●場所 丸子金子図書館2階

☎ 丸子金子図書館
TEL 42・2414

森づくりに参加しよう 上小地区森林祭開催

森づくりに参加してくださる方を募集します。

●日時 5月10日(土)午前10時～正午ごろまで

●場所 市民の森公園(市有林)

●内容 広葉樹などの苗木の植樹。軽食を用意します。

●応募締切 5月1日(木)

●上小地区事務所林務課

TEL 25・7138

●市森林整備課

TEL 22・4100(内線1457)

講座・教室

エコ・ハウスの わくわく講座

不用品のガリサイクル・リフォームで生まれ変わる楽しさをエコ・ハウスで体験しませんか。

◇布ぞうり作り

●日時 5月19日(月)・26日(月)の2回

●コース、午前10時～午後3時

●持ち物 ゆかたなど木綿の布、ものさし(30cm)、はさみ、弁当

●参加費 130円

●定員 10名

●使用済みハンカチからブローチ作り

●日時 5月15日(木)午後1時～3時

●持ち物 使わなくなったハンカチ

1枚、はさみ

●参加費 280円

●定員 10名

◇和服のリフォーム

手持ちの着物を二部式または作務衣にリフォームしましょう。

●日時 5月22日(木)・29日(木)、6月

5日(木)の3回コース、午前10時～午後3時

●持ち物 着物、裁縫道具、弁当

●参加費 200円

●定員 10名

◇銀粘土でアクセサリー作り

使用済みの写真現像液や定着液からリサイクルした銀粘土からアクセサリーを作ります。

●日時 5月20日(火)午前10時～午後3時

●持ち物 磨き作業用にごろ布、弁当

●参加費 600円

●定員 10名

◇修理工房・刃物研ぎ

●日程 毎週水曜日午後1時～3時
※お一人1回1本限り(1日10本で終了・無料)通年事業です。

●エコ・ハウス TEL 23・5144

(平日午前10時～午後4時)

前期家庭教育セミナー

●日時 5月21日、6月18日、7月16日、8月27日、9月10日、各水曜日の午前10時～正午(8月27日のみ午後)

●場所 中央公民館

●内容 専門の先生による講義や相談。講義の部屋と託児は別室になります。親子で体を動かして、子どもの誤飲対策、手作り絵本、アレルギー疾患、食育などを学びます。

●応募資格・定員 3歳以下の乳幼児を持つ母親と子ども30組

●費用 1000円(材料費含む)

●申し込み 4月18日(金)より電話で申し込んでください。

●中央公民館 TEL 22・0760

ハーモニースクール 2008受講生募集

音楽村の生涯学習・ハーモニースクールでは2008年度の新受講生を募集します。

すべて初心者向けの教室なので、ふるってご参加ください。申し込みは、専用紙もしくは電話・FAXなどでも受け付けています。

●開講期間 6月～平成21年2月

●開講講座と開講日時 定員に満たない場合は開講できないこともあります。

バイオリン教室／各週火曜日午後7時～9時、ハーモニカ教室／各週日曜日午後1時～3時、二胡教室／各週水曜日午前10時～正午の間、津軽三味線教室／各週土曜日午後1時30分～3時30分、オカリナ教室／各週水曜日午前10時～正

<広告欄>

医療法人三折堂

宮下 医院

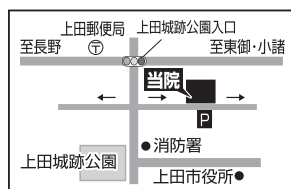
神経内科・内科・胃腸科

〒386-0023 長野県上田市中央西1-15-12

TEL 0268(22)4328 FAX (26)8231

- 理事長/宮下美生 消化器病専門医(日本消化器病学会認定)
- 院長/宮下暢夫 神経内科専門医(日本神経学会認定)

診療時間 午前 9:00～12:00
午後 3:00～6:00
休診日 土曜午後・日曜・祝日



神経内科

※初診の方はなるべく予約をおすすめします。

頭痛・めまい・しびれ・ふるえ・歩行障害・認知症などを来す脳神経系の病気を診断し、内科的に治療する科です。

主要設備

オープン型MRI、超音波検査装置(腹部一般、頸動脈エコー)、胃・大腸内視鏡、レントゲン、筋電図検査装置等

お知らせ

明るい選挙啓発標語 入賞作品が決定しました

市民の皆さんの政治意識の向上や、選挙への関心を高めていただくことを目的に、明るい選挙啓発標語を募集したところ、249点の応募があり、審査の結果、優秀賞2点と佳作7点が次のとおり決まりました(敬称略)。たくさんのご応募ありがとうございました。

この入賞作品は今後の選挙啓発に活用させていただきます。

【優秀賞】

一票に 未来を託す この選挙
 大事です 未来が決まる その一票

【佳作】

一票で 政治が変わる 未来も変わる
 大人のあなたの一票が 子どもを支える温かさ
 この一票 気づいてますか その重み
 選挙権 一人一票 大切に
 選挙の日 あなたの願いを 一票に
 大切だから むだにしないで 選挙権
 大切な 国を動かす 選挙権

上田市明るい選挙推進協議会

(上田市選挙管理委員会事務局内) TEL23・5438

やながわ みわ
 梁川 美和
 酒井 雅俊
 酒井さや
 土井里歩
 しげおか 優介
 重岡あけみ
 塩澤 藍希
 西村 一希
 白井 拓也
 清水あずさ

● 受講料

各教室により異なります。
 (財)信州国際音楽村
 TEL 42・3436

午の間、木工教室／各週火曜日午前10時～正午、草木染教室／各週土曜日午前9時30分～正午、ボードウィービング教室／各週木曜日午後2時～4時(全10回)、ブリザードフラワー教室／各週火曜日午前10時～正午(全10回)、ヨガ教室／各週(全10回)、カラオケ教室／各週水曜日、燗製教室／全3回(1回からでも参加可)、絵付け教室／全3回(1回からでも参加可)

赤十字救急法の講習会

●日時／講習 5月11日(日)午前9時

午後2時／救急法基礎講習、5月17日(土)・18日(日)午前9時～午後5時30分／救急法救急員養成講習
 ●場所 上田市ふれあい福祉センター

●内容 赤十字について、心肺蘇生法、AEDを用いた除細動、けが、骨折の手当など。詳しくは日赤長野県支部ホームページをご覧ください。
 ●対象 満15歳以上の方。救急法基礎講習と救急法救急員養成講習を

それぞれ受講できます。ただし、救急法救急員養成講習のみ受講の際は、救急法基礎講習修了者認定証が必要です。

●定員 先着30名
 ●参加費 各講習1500円(当日集金)

●持ち物 実技ができる服装、筆記用具

●申し込み 5月9日(金)までに電話で福祉課へ。

●福祉課 TEL 22・4100
 (内線1602・1603)

シニアときめき会主催 手描き友禅を楽しむ講座

●日時 5月2日・23日、6月6日・20日、7月4日・18日、8月1日、各金曜日の午前9時30分～11時30分

●場所 中央公民館美術工作室

●内容 講師に池田公正先生をお迎えして絹布に染料を筆で描くように染める友禅描きを学びます。

●持ち物 エプロン、彩色筆2本

●応募対象 50歳以上の方20名

●費用 受講料4000円、教材費1000円(シルク布1枚)

●申し込み 4月28日(月)までに中央公民館まで電話で申し込んでください。

●中央公民館 TEL 22・0760

<広告欄>

補聴器無料お試し体験会開催

『補聴器は雑音うるさくて』という声にお答えして、お耳の形と聴力に合わせた補聴器でお試しいただけます。



補聴器のタイプも多種多様です。現在ご使用の補聴器にご不満を抱えている方、初めてのご使用を考えている方に、十分に納得していただけるまでご相談に応じます。その上でお客様の耳の形や生活に適した補聴器を、何度でもお試し頂き、最適な補聴器をお届けします。

■雑音抑制機能付き完全全自動補聴器
 販売価格 140,000円～(非課税)
 ☆代金の分割払いも承りますのでご相談ください。
 補聴器用電池1パックいつでも 630円

●補聴器 ご購入の ポイント

1. 正確に聴力を検査すること ※聴力検査で、ご自分の難聴の種類と程度がわかります。
2. お耳の形と現在の聴力にぴったり合わせること ※正確に調整できる設備と技術
3. ご購入後も安心してご使用いただける生涯アフターメンテナンス ※補聴器は身体に付けてご使用いただくもので、定期的にご点検、お掃除がずっと必要になる機械です。

★全国100店舗ネットの補聴器専門店。真心と誠実がモットーのゆっくり、じっくり相談できるお店です。お気軽にご相談下さい。聴力測定室も完備。

世界の補聴器のリードメーカー、オーティコン、シーメンス補聴器etc

北陸補聴器株式会社 身体障害者福祉法補聴器委託契約店

信濃補聴器センター

上田市中央3丁目5-22 上田市ふれあい福祉センターとなり

☎(0268)23-0428

■営業時間 午前9時～午後5時 ■定休日 毎週日曜・祝日・第4土曜日
 ■ご相談により、時間外相談も承ります。お気軽にどうぞ。



お知らせ

再任された委員さんです

3月市議会において任期満了となった各委員職について、次の皆さんが再任されました(敬称略)。

- 公平委員 しもむら ひろたか 下村 敬貴
(平成20年4月28日～平成24年4月27日:任期4年)
- 固定資産評価審査委員 むかい ますお 向井 益男
(平成20年4月29日～平成23年4月28日:任期3年)
- 教育委員 かねこ やすこ 金子 泰子
(平成20年4月29日～平成24年4月28日:任期4年)

長野大学との連携講座

◇傾聴実技講座

- 日時 5月27日、6月3日・17日、
7月1日・15日・29日、各火曜日
の午後2時～4時
- 場所 中央公民館視聴覚室ほか
- 内容 心を聴くカウンセリングの
初歩
- 講師 笠井昇氏(長野産業保健推
進センター産業保健相談員)
- 定員 先着12名
- 受講料 600円
- 受講条件 全日程受講できる方
- 申し込み 4月21日(月)から電話で
中央公民館へ。

◇認知症介護と私たちのかわり

- 日時 5月7日・21日・28日、各
水曜日の午前10時～11時30分
- 場所 中央公民館第2練習室
- 内容 実技を含んだ認知症サポ
ーター講座
- 講師 中澤純一氏(長野大学非常
講師)
- 定員 先着15名
- 受講料 300円
- 申し込み 4月18日(金)から電話で
中央公民館へ。
- 中央公民館 TEL 22・0760

上小手話サークル
春の手話入門講座

手でお話してみませんか。一緒に
学んでみませんか。

- 期日 5月16日～6月27日毎週金
曜日全6回(5月30日は休み)
- 時間 午後7時～9時
- 場所 ふれあい福祉センター
- 定員 先着30名
- 受講料 400円(テキスト代込)
- 上田ボランティア地域活動セン
ター TEL 25・2629

断酒会に
お出かけください

百薬の長と呼ばれるお酒も、飲み
方によっては「アルコール依存症」と
なります。アルコール依存症は、癖
や習慣でなく病気です。思い当たる

方は、医師の診察を受けることが必
要です。

またアルコール依存症の方やアル
コールを止めたい方の家族が集まり
飲酒体験を語り、1日1日断酒して
いる会があります。ぜひ、お酒をや
めたい方、お出かけください。

団体名	会場・日時	参加者
断酒会	勤労者福祉センター 毎週木曜日 午後7時30分～9時	本人 家族
	長瀬市民センター 第1・3月曜日 午後7時～9時	
A・A	ふれあい福祉センター 毎週水曜日 午後7時30分～9時	本人のみ

問 市健康推進課 TEL 23・8244

甲種防火管理者
資格取得講習会

- 日時 5月14日(水)・15日(木)、午前
9時～午後4時30分
- 場所 上田市民会館2階大会議室
- 対象 防火管理業務を行うことの
できる管理的な立場にある方
- 定員 先着110名
- 受講料 会員3500円、非会員
5000円
- 申し込み 4月22日(火)午前9時か
ら受付。上田広域消防本部予防課
または東御・丸子・真田・依田窪

<広告欄>

春うらら
開始5分で
夢の中。



だから
スーパー家庭教師におまかせ!

**新学期生
募集中**

長野県家庭教師協会は、目的やレベルに応じて効率的な指導を行います。

- ▶小学生には お子様の個性を見極め、学ぶことの楽しさと計画学習を身につけます。
- ▶中学生には 定期テスト対策はもちろん、苦手教科の強化で、受験必勝作戦を展開。
- ▶高校生には 大学入試の多様化に応じ、入試方法・受験科目に合わせた徹底指導を行います。
- ▶どなたにも 英検・TOEIC対策・各種資格の取得など、スキルアップをサポート。

立川志の輔
先生



信頼のブランドスーパー家庭教師 全国140都市で地域教育に貢献 派遣実績29年

長野県家庭教師協会

スーパー家庭教師 検・学

お問い合わせは 二重丸で オールナンバール

0120-00-1111

このフリーコールは通話料の発生に限りませんが、携帯電話からはつながりませんのでお覚えてお電話ください

— 無料教育相談実施中 —

上田事務局 上田中央1-6 小林ビル2F

0268(24)1515(代)

長野・須坂・中野・屋代・小諸・佐久
松本・塩尻・岡谷・諏訪・伊那・飯田

5つの安心

解約料、年会費、選抜料なし

電話勧誘、教材販売なし

募集

第28回春季上田市民 ゴルフ大会参加者募集

上田市ゴルフ協会30周年記念大会として実施します。

●期日 5月25日(日)雨天決行

●場所 上田菅平高原グランヴィリオゴルフ倶楽部

●対象 上田市民または市内在勤の一般男女

●参加費 2000円(プレー代別途)
 プレー代 セルフプレイ/1万円
 (カート・食事付)

●部門 ①一般の部(59歳以下)、②シニアの部(60～69歳)、③グラントシニア(70歳以上)・レディースの部 ※年齢は当日の満年齢となります。

●定員 先着150名

●申込期間 4月21日(月)～5月9日(金)

●申し込み 申込書に必要事項を記入し、参加料を添えて体育課または丸子総合体育館・真田・武石地域教育事務所まで。できるだけ、四人一組でお申し込みください。なお、申し込みは先着順とし、定員になり次第締め切りとさせていただきます。

南部の各消防署へ。
 上田広域消防本部予防課
 TEL 26・0029

ホストファミリーと 実行委員募集

ワールドキャンパスインターナショナルは、世界中の若者約40人が約2か月間、ホームステイしながら日本各都市を周り、日本の文化を学んだり、各地の特性を生かした活動を地域住民と協働で行います。今年も6月23日～7月7日まで2週間の活動を行います。

そこで、この若者たちを受け入れてくれるホストファミリーを募集しています。また、企画運営に携わる実行委員も募集します。皆さんのご協力をお願いします。

●活動期間 6月23日(月)～7月7日(月)

●応募方法 電話またはFAX。ホストファミリーの応募は申し込み用紙をお送りします。

市 社会教育課
 TEL 43・0120
 FAX 42・3148

信州上田夏季大学 2008実行委員募集

今年も、市民有志が実行委員になり、学びたい地域の課題を持ち寄って分科会を企画運営するイベント

「信州上田夏季大学2008」を8月9月に開催する予定です。昨年度は「命と医療について」など、合計8分科会が企画されました。

地域の課題に取り組み、きっかけづくりになるチャンスです！一緒に参加してみませんか。

●対象 地域課題について話し合いをしたい方(個人および団体)

※政治・宗教活動、営利活動は除く。

●応募締切 5月16日(金)
 市 生涯学習課 TEL 23・6370

地域リーダー海外視察 研修の参加者募集

平成20年度男女共同参画学習アドバイザー海外派遣参加者を募集しています。海外の事情を視察し、地域の男女共同参画社会づくりのために活躍してくれる方を養成する、海外研修の参加者を募集しています。

●派遣先/日程テーマ
 ・オランダ/11月6日(木)～13日(木)/教育

・ドイツ/11月13日(木)～20日(木)/福祉

※いずれも事前研修、事後研修が必要です。

●申込締切 5月16日(金)(申込書、レポートなどの提出)

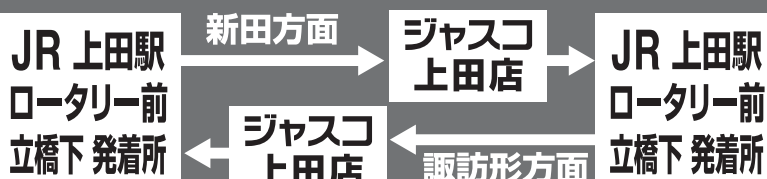
市 国際女性教育振興会
 TEL 03・3436・5877

<広告欄>

イオン上田ショッピングセンター お買物無料巡回バス 運行中!!

運行日 毎週 火曜日・金曜日・日曜日
 毎月 20日・30日・祝日
 (お客さま感謝デー)

お買物無料巡回バス 巡回経路



ジャスコ上田店 上田市常田 2-12-18 ☎0268(29)8181

**まるごと春秋学園
受講生を募集**

●開講期間 5月30日(金)午後1時30分
開講式。6月～平成21年2月までの期間、各コース月1回で年間5～7回。パソコン入門は集中して5回。

●開設コース ①一般教養、②ふるさと歴史、③パソコン入門、④長寿料理、⑤健康、⑥ふれあいの全6コース、ほかに全コース対象の開講式、1日視察研修、人権学習会、閉講式あり。

●場所 丸子文化会館ほか
●対象 市内在住の60歳以上の方
●定員 パソコン入門は2コースで各8名。

●申し込み 5月16日(金)までに、丸子文化会館ほか丸子地域の公共施設にある申込用紙(ただし、丸子地域高齢者クラブ連合会に所属の方は、4月30日(水)以降単位クラブ会長から受け取ってください)で、丸子公民館窓口まで。

●丸子公民館 TEL 42・3147
FAX 42・3148

**上田市陸上カーニバル
2008参加者募集**

●期日 6月8日(日)
●場所 菅平高原スポーツランド陸上競技場(サニアパーク菅平)
●対象 市内の小学生、市内の中学

生、市内在住・在勤の一般男女(高校生、大学生を除く)

●種目 ①小学1～3年生/50m・1000m、②小学4～6年生/100m・1000m・走幅跳・ソフトボール投げ、③小学2～6年生/4×100mリレー(2～4年生のみ男女混合可)、④中学生/100m・1500m・走幅跳・砲丸投・4×100mリレー、⑤一般/100m・1500m・走幅跳・砲丸投

●参加費 500円(保険料込)

●申し込み 5月16日(金)までに申込書に必要事項を記入のうえ、参加料を添えて小中学校は学校へ。一般は体育課または、丸子総合体育館、真田・武石各地域教育事務所まで。

●体育課 TEL 23・6372

**美ヶ原高原パーク
ボランティア募集**

美ヶ原自然保護センターを拠点としてボランティア活動に賛同できる方で、パークボランティア養成講座を受講し、かつ期間中7日以上自然解説、パトロール、美化清掃活動、公園施設の維持管理などの活動ができる方を募集します。

●活動期間 5月上旬～11月上旬のセンター開設期間。

●養成講座 5月11日(日)、美ヶ原自然保護センターにて開催。詳細は、

後日申込者へ通知します。

●申し込み 4月30日(木)までに電話かFAXで松本市観光温泉課へ。
※案内書・申込用紙を送付します。

●松本市役所観光温泉課

TEL 0263・34・8307
FAX 0263・34・3049

**第37回
うえだこどもまつり**

●日時 5月5日(月)午前9時30分～午後3時

●場所 上田城跡公園一帯

●内容(予定) 忍者体験、グラウンドゴルフ体験、工作、ゲーム、消防自動車展示・放水体験、西丘保育園鼓笛隊の演奏など。

※こどもまつりの企画・運営に参加してくれる実行委員、及び中高生ジュニアスタッフを募集しています!興味がある方はお問い合わせください。

●事務局(平澤)

TEL 090・2661・7994
●生涯学習課 TEL 23・6370



平成19年度放水体験の様子

<広告欄>

ピアノ専門店 サンピアン上田ピアノ工房

●ピアノの調律 (全メーカー)
●ピアノの移動
●ピアノのオーバーホール・クリーニング (見積無料)
●ピアノの販売 (お客様に合ったピアノをご用意します。)
●ピアノの買取り (査定無料)

スタインウェイピアノ・ボストンピアノ
長野県正規特約店 株式会社 **サンピアン**
0120-14-7748
上田ピアノ工房 長野県上田市常磐城5-1-14
TEL0268-22-7748 FAX0268-22-7746

有料広告掲載のお問い合わせは、上田市秘書課 (☎ 23・5149) または有限会社トミー企画 (☎ 23・1706) へ。

お知らせ

平成20年度国保税率が決まりました

平成20年度上田市国民健康保険の税率が3月定例議会で決まりました。
 今年度からすべての地域が統一されます。

平成20年度上田市国民健康保険税率改定表

改定前 平成19年度		(地域)			
区 分		上 田	丸 子	真 田	武 石
医療分	所 得 割	8.55%	8.1%	7.8%	7.5%
	資 産 割	18%			
	均 等 割	23,500円			
	平 等 割	23,500円			
	賦課限度額	560,000円			

介護分	所 得 割	2.4%	1.6%
	均 等 割	5,000円	4,000円
	平 等 割	6,000円	5,000円
	賦課限度額	90,000円	

改定後 平成20年度

区 分	上 田 市
医療分	所 得 割 6.85%
	資 産 割 18%
	均 等 割 18,500円
	平 等 割 18,500円
後期支援金分	賦課限度額 470,000円
	所 得 割 1.7%
	均 等 割 5,000円
	平 等 割 5,000円
	賦課限度額 120,000円

介護分	所 得 割 2.4%
	均 等 割 5,000円
	平 等 割 6,000円
	賦課限度額 90,000円

国保税は年金からの天引きに

10月から国保加入者全員が65歳以上74歳までの場合、国保税が年金から特別徴収(天引き)されます。

世帯主の年金受給額が年間18万円(月額1万5000円)以上の場合、年金から天引きとなります。ただし、介護保険料と国保税の合計額が年金額の1/2以下の方です。

18万円未満の場合は、個別に納付書で納めるか、口座振替で納めます(普通徴収)。

特別徴収の方は平成20年度に限り、次のように年間6期で納めます。平成21年度からはすべて特別徴収となります。

- ・第1期～第3期／7月～9月納期(今までどおり現金または口座振替で納付)
- ・第4期～第6期／10月～2月納期(年金から天引き・特別徴収)

市では、10月からの特別徴収に向けて準備を行っていますが、今後、順次お知らせをしていきます。

国 市国保年金課 TEL22・4100 (内線1340・1366) 丸 市民生活課 TEL42・1053

真 市民生活課 TEL72・0154 武 市民生活課 TEL85・2827

<広告欄>

国際高等学院長野校(通信制・単位制) 進学 就職
夢を叶える次のステージへ
 平成20年度 新年度生募集
 新入 中学卒業生 学生(3年間で卒業)
 転入 高校在籍生 学生(合計3年間で卒業)
 編入 高校中退生 学生(合計3年間で卒業)
 平成19年度 卒業証書授与式(3月11日)
 クラーク記念国際高等学校 0268-26-5515
 長野キャンパス 398-0027 長野県上田市常盤城2-6-4 (上田駅より徒歩15分・自転車5分) URL http://www.yse-group.com kokusai-nagano@educet03.jp

ゴルフシーズン到来 上田からすぐ 佐久ICから12分
 朝はコーヒー・豚汁無料サービス
オープニングプラン (4/30まで)
 4/30まで 平日5,800円 土日9,000円 4/29日10,800円
G.Wプラン
 5/1日・2日7,200円 5/3日～5日12,200円
 ●上記料金は1Rセルフプレー(リモコン乗用カート付、2～4名様同一料金) 利用税・消費税を含む。(飲食代別途)
 佐久平カントリークラブ 予約番号 0267-63-3880
 長野県佐久市内山6658 TEL 0267-62-2881 FAX 0267-62-9991
 http://www.teranet.ne.jp/sakudaira/ E-mail: sakudaira@teranet.ne.jp

CD図書再生機使用法の
指導ボランティア募集

視覚に障がいを持つ方が使用する

録音(デイジー)図書の再生機器の取り扱いについて希望者に指導していただけるボランティアを募集します。実際に活躍いただく前に研修があります。まずは仕事の内容についての説明会を行いますので、ぜひご参加ください。

●説明会日時 5月21日(水)午後1時30分(1時間程度)

●説明会場所 上田点字図書館(上田市立図書館の北側)

●応募締切 5月16日(金)
●上田点字図書館
TEL 22・1975

神川版画クラブ会員募集

創作版画を提唱し実践した山本鼎の活動した神川地区で版画作りを楽しみましょう。

●活動日時 毎月第4週の火曜日

午前9時〜午後4時

●場所 神川地区公民館(国分42-1-1/TEL 25・1682)

●講師 岩田良雄氏

問 事務局(福澤) TEL 23・6707

あたたかい心

ご寄付いただいた皆様、ありがとうございます。厚くお礼申し上げます(2月分)。

◇米澤広幸様 セキセイインコ45羽、飼育小屋一式/上田城跡公園児童遊園地へ

◇(春)春原工業所様 AED(自動体外式除細動器)1台、小児用パット1セット/浦里小学校へ

◇上田市造園緑化業協会様 垂れ桜2本(根回り21cm、樹高3.6m)/千本桜まつりのために上田城跡公園櫓下芝生広場へ

◇渡邊弘志様 緑簾石4点、陶器1点/武石公民館、信濃国分寺資料館へ

短歌

小宮山 久子 選

向かい合い母のボタンをはめおれば母はつまみぬわが服のちり
下組 大森 典子
ミノムシとヒトの孤独を比べつつ峰へと向かふ冬の雲追ふ
下房山 秋山千枝子
タぐれの雪ひとひらの純白は留めおきたし一行の詩に
緑が丘西 宮澤 幸穂

佳作

師の歌集にわれを詠まれし二首ありてどきりとすれど嬉しくなりぬ
つくし 石塚 直枝
感謝状の一枚に三十四年のわが物語込められている
緑が丘 津林 清司
ひいらぎに鰯の頭さす風習 姑の教えを守る節分
須川 手塚喜代子
憂き事も痛みも忘れ露天湯に入れば夕陽は明るく照らす
石 神 関 清人

選者詠

うめの家もくれんの家さくらの家 大樹ある集落屋をしづもる
へ評一首目 介護中の一コマをサラリと描写したのですが、老いた母の情を貴ぶ作者の気持ちがよく伝わってきます。

俳句

島田 洋子 選

左義長や闇の底より太鼓鳴る
泣きながら一歩も退かぬ雪合戦
どこまでも白く照らしぬ寒の月
庭隅に居るかも知れず鬼やらひ
逸早く光捉えし福寿草
日脚伸ぶ土の匂いの棚田風
無言館へ凍てつく轆轤み上る
会釈する眼が笑いをり大マススク
春浅し妻に似て来し娘と歩く
文芸に元氣貰えり春隣
ひとことの言葉の重さ凍銀河
老二人ゆっくり歩む寒詣り

神 畑 亀井かほる
小 泉 大井 敬子
上 室 賀 西沢のぶ子

入選 川柳 青木 城風 選
折りふれ母の小言が今生きる
凛として背中が語る朝がいこ
野を駆ける園児小さな春を手に
佳作
笛一つバスをあやつる瞳のひかり
限りある命に尽きぬ欲の皮
鼻歌に軒端のすずめ拍子とる
本音ボロリ落ちて真相見えてくる
長生きを天秤にかけ吸うタバコ
洗われて息吹き返す換気扇
停電も豆炭炬燵支障なく
如月の風に押されて落の臺
絡まった糸をはぐして仲直り

材木町 畑田サダ子
田 町 神尾みち子
伊勢山 塚原 芳郎
長 島 土屋 朝栄
国 分 今尾志津子
小 泉 宮崎喜代子
中 村 佐藤たかこ
生 塚 小泉 廣紀
みず台 野本今朝男
保 野 清水ゆき子
緑が丘 津林 清司
倉 升 丸山 卓雄

選者吟

結露せし窓に描く顔泣き出せり
へ評一句目 左義長はほんと焼きのこと。闇の底と表現したことにより神聖な力強さが感じられ燃え盛る炎が見えるようである。

選者吟

佇めば城の石垣語り出す
へ評一句目 母となり祖母となつた今、幼きころの母の小言が、懐であり良い教訓となつて、今の私を支えている。

5月号の投稿方法 種類ごと別々のはがきで①住所②氏名③自治会名④短歌・俳句・川柳の別を記入)のうえ上田市教育委員会まで。
短歌・俳句について先生に添削を希望される方は往復はがきに郵便番号、住所氏名を記載のうえ投稿してください(短歌については一人2首まで。
なお、掲載作への返信は除きます。)
◆住所 〒386-10025 天神2-4-74 ◆締め切り 4月30日(水)必着 問 教育総務課 TEL 23・5100

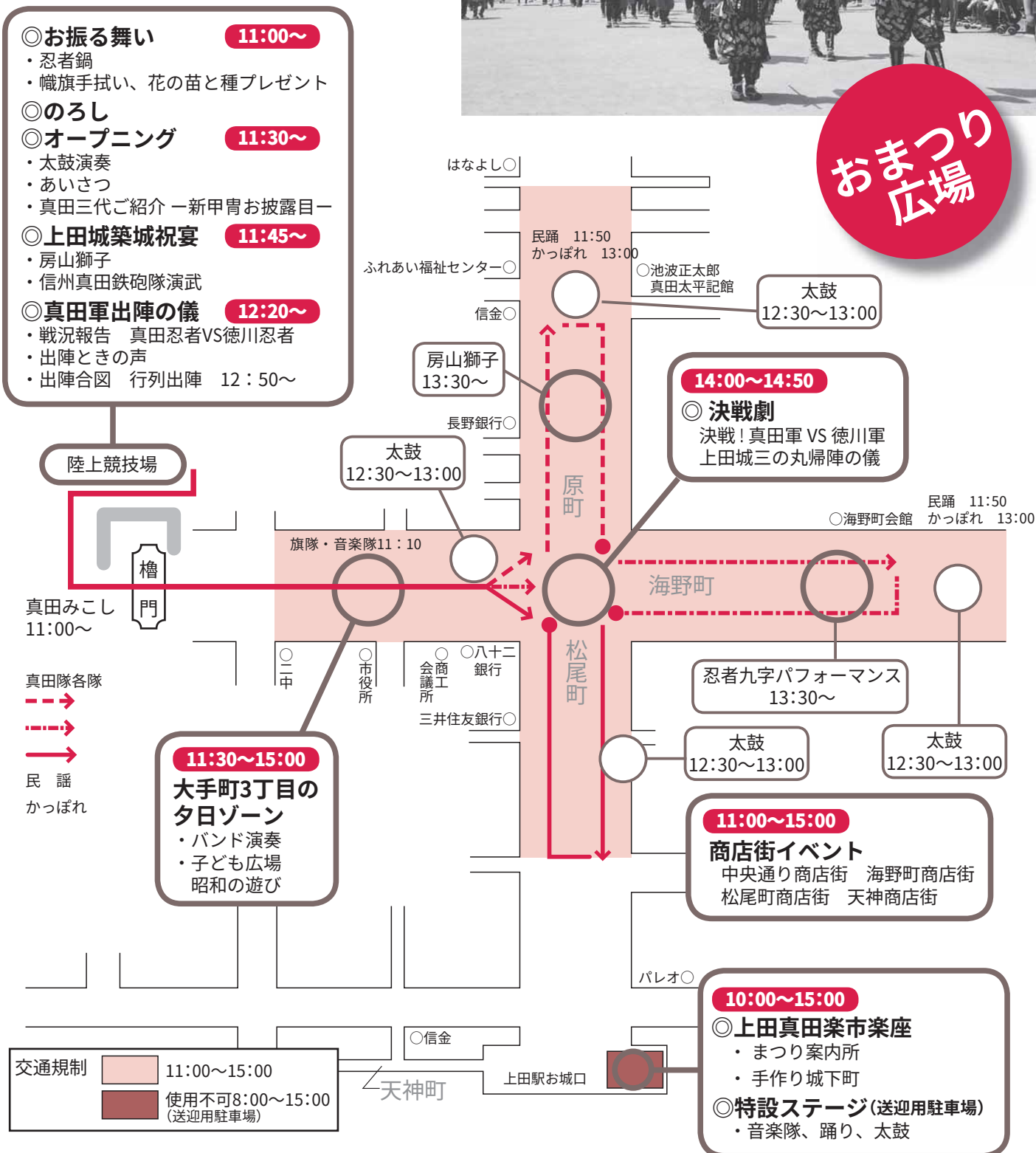
第26回上田真田まつり

開催日時 4月29日(火・昭和の日)
午前10時～午後3時

開催場所 陸上競技場・中央商店街
上田駅お城口



おまつり
広場



※イベントの内容は、一部変更になることもあります。

問 上田商工会議所 TEL22・4500

各施設イベント紹介

詳しくは、各施設へお問い合わせください。

上田創造館

TEL23・1111 FAX24・4100

第20回 農民美術作品展

日時◆5月2日(金)～12日(月)

9:30～16:30(最終日16:00終了)

入場料◆無料

◇木彫りの体験コーナー(所要時間約1時間)

日時◆5月3日(土)・6日(火)・10日(土)

10:00～12:00、13:00～15:00各回5名

参加費◆900円(材料費)

きり絵教室(4回コース)

日時◆5月7日(水)・21(水)、6月4日(水)・18(水)

9:30～11:30

定員◆先着15名 参加費◆1,000円

申し込み◆5月1日(木)までに電話またはFAXで。

春のバードウォッチング

東山裾野の野鳥を専門家の案内で観察します。

日時◆5月10日(土)9:00～12:00(雨天中止)。

集合◆9:00までに自然運動公園プール入口第1駐車場へ。

対象◆小中学生(保護者)

定員◆20名 参加費◆無料

持ち物◆双眼鏡と野鳥図鑑(お持ちの方)

申し込み◆5月7日(木)までに電話またはFAXで

星空観望会

北斗七星をはじめ、星座・惑星・月などを観望します。

どなたでも参加できます。

当日直接会場へお越しください。

日時◆5月10日(土)19:30～21:30

場所◆屋上天体観測室

雨天・曇天の場合はプラネタリウム

春の星座と神話

春の星座の見つけ方を知り、おおぐま座、こぐま座など星座にまつわる神話の世界を楽しみます。

日時◆5月17日(土)10:00～11:00

対象◆どなたでも 参加費◆無料

身近な植物の観察

創造館周辺の野草や樹木を観察し、デジタルカメラで撮影、記録します。

日時◆5月24日(土)9:30～11:30

対象◆小中学生(保護者)と一般の方

定員◆20名 参加費◆無料

持ち物◆植物図鑑(お持ちの方)

申し込み◆5月21日(木)までに電話またはFAX。

光と影の遊びを体験! 影絵ワークショップ

影絵劇団かかし座によるワークショップ

日時◆5月25日(日)13:30～16:00

定員◆先着50名 参加費◆無料

持ち物◆牛乳パック2枚、ボールペン、カッター、はさみ、作品を入れる袋

マルチメディア情報センター

TEL39・1000 URL <http://www.umic.jp/>

こどもウィーク2008

日時◆5月3日(土)～5日(月)10:00～16:00

入場料◆無料(一部有料)

内容◆ペーパクラフト、プリクラシールづくり、マイエコバッグを作ろう(10:30～先着各16組小学生親子、料金200円)、恒例! 野外料理を作ろう!(12:00～先着40名・対象: 保育園～中学生、料金100円)、ロボット工作(14:00～先着各10名・対象: 小学4年～中学生、要事前申し込み、料金1,000円)ほか楽しいイベントがたくさん。

今年こそ「WORD2007」3日間コース

日時◆5月15日(木)・22日(木)・29日(木)13:30～16:00

対象◆文字入力ができる方

料金◆3,500円(テキスト代1,260円別)

定員◆16名(要事前申し込み)

このほかにも、パソコンのセミナー、パソコン相談室を開催しています。センターのホームページをご覧ください。くか、お気軽にお問い合わせください。

アクアプラザ上田

TEL26・2626

ベビー教室の対象年齢は5月1日現在で、定員を超えた場合は抽選となります。各教室とも10回。別途入館料(一般750円、60歳以上500円)が必要です。

申し込みは、4月17日(木)～23日(水)の間に、来館して所定の用紙に記入してください。

初心者水なれ

日時◆5月12日(月)～7月14日(月)13:00～13:50

対象◆全く泳げない方

定員◆10名 参加料◆1,750円

ベビースイミング

各コース共通事項

定員◆25組 参加料◆1,400円

0歳児コース

日時◆5月13日(火)～7月15日(火)11:00～11:30

対象◆6か月～1歳未満

1歳児(水曜日コース)

日時◆5月14日(水)～7月16日(水)12:00～12:50

対象◆1～2歳未満

1歳児(金曜日コース)

日時◆5月16日(金)～7月18日(金)12:00～12:50

対象◆1～2歳未満

2歳児コース

日時◆5月14日(水)～7月16日(水)11:00～11:50

対象◆2～3歳未満

3歳児コース

日時◆5月13日(火)～7月15日(火)12:00～12:50

対象◆3～4歳未満

5月の相談コーナー



心配ごと・人権

心配ごとと相談

- ▷ 毎週月～金曜日 9:00～16:00/ふれあい福祉センター
☎ 社協(上田地区センター) TEL27・8080
- ▷ 8日(木)・18日(水)・28日(火) 9:00～12:00
/丸子ふれあいステーション
☎ 社協(丸子地区センター) TEL42・0033
- ▷ 23日(金) 9:00～12:00/真田総合福祉センター
☎ 社協(真田地区センター) TEL72・2998

人権相談

- ▷ 7日(火)13:00～16:00/市民プラザ・ゆう
☎ 人権男女共同参画課 TEL23・5393
- ▷ 23日(金) 9:00～12:00/真田総合福祉センター
☎ 社協(真田地区センター) TEL72・2998
- ▷ 12日(月) 9:00～12:00/武石老人福祉センター
☎ 社協(武石地区センター) TEL85・2466

▷ 毎週月・水・金曜日 9:00～16:00

/長野地方法務局上田支局

☎ 長野地方法務局上田支局 TEL23・2001

市民相談・交通事故相談・女性相談

- ▷ 毎週月～金曜日 9:00～16:00/上田市役所(本庁舎)
☎ 生活環境課 TEL22・4140

女性のための相談

- ▷ 毎週火曜日11:00～18:00/市民プラザ・ゆう
- ▷ 毎週木曜日10:00～17:00/同上
- ▷ 第2・4土曜日10:00～17:00/同上
〈以上、女性相談員による相談/土曜は要予約〉
- ▷ 15日(木)10:00～12:00/市民プラザ・ゆう
〈弁護士による法律相談/要予約〉
☎ 市民プラザ・ゆう TEL27・3123

青少年電話相談

- ▷ 毎週月～金曜日 9:00～16:00/少年育成センター
☎ 生涯学習課 TEL22・8080

こころの相談〈前日までに要予約〉

- ▷ 14日(火) 9:30～11:30/上田市役所(南庁舎)
☎ 健康推進課 TEL23・8244

ひきこもり相談〈前日までに要予約〉

- ▷ 12日(月)・26日(月)13:30～16:00/勤労青少年ホーム
☎ 健康推進課 TEL23・8244

わが子の就職等相談会〈要予約〉

- ▷ 27日(火)13:30～16:30/勤労青少年ホーム
☎ 勤労青少年ホーム TEL22・7117

若者のための仕事何でも相談〈要予約〉

- ▷ 22日(木)13:30～16:30/勤労青少年ホーム
☎ 商工課 TEL23・5395



中小企業診断士による無料経営相談(要予約)

- ▷ 15日(木)18:30～20:00
/上田情報ライブラリー相談室
☎ 上田情報ライブラリー TEL29・0210



法律・行政

法律相談〈要予約〉

- ▷ 9日(金)・23日(金)13:00～16:00/上田市役所(南庁舎)
☎ 生活環境課 TEL22・4140
- ▷ 21日(火) 9:00～11:30/丸子地域自治センター
☎ 市民生活課 TEL42・1216
- ▷ 17日(土)10:00～12:00/ふれあい福祉センター
☎ 社協(上田地区センター) TEL27・8080
- ▷ 21日(火)10:30～12:00/上田商工会議所
☎ 商工会議所 TEL22・4500

行政相談

- ▷ 13日(火)10:00～15:00/福祉会館
☎ 生活環境課 TEL22・4140
- ▷ 21日(火) 9:00～11:30/丸子地域自治センター
☎ 市民生活課 TEL42・1216
- ▷ 23日(金) 9:00～12:00/真田総合福祉センター
☎ 社協(真田地区センター) TEL72・2998

土地建物・不動産鑑定相談

- ▷ 8日(木)13:00～16:00/上田市役所(南庁舎)
☎ 生活環境課 TEL22・4140

登記法律相談〈要予約〉

- ▷ 21日(火) 9:00～11:30/丸子地域自治センター
☎ 市民生活課 TEL42・1216



育児・福祉

ひとり親家庭・児童相談

- ▷ 毎週月～金曜日 9:00～16:00
/上田市役所(やぐら下庁舎)
☎ 子育て・子育て支援課 TEL23・2000

児童生徒の教育相談

- ▷ 毎週月～金曜日 9:00～16:00/教育相談所
☎ 教育相談所 TEL27・0241

介護なんでも相談

- ▷ 30日(金) 9:00～17:00/上田市役所(南庁舎)
☎ 高齢者介護課 TEL23・5140

もの忘れ・認知症相談

- ▷ 13日(火)13:10～17:00/上田市役所(南庁舎)
- ▷ 21日(火)13:10～17:00/丸子ふれあいステーション
- ▷ 27日(火)13:10～17:00/真田地域自治センター
☎ 高齢者介護課 TEL23・5140

不用品交換情報

(3月21日現在の登録状況)

☎ エコ・ハウス TEL23・5144(受付時間/平日10:00～16:00)

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

扇風機/電気ストーブ/二段ベッド(床板汚れあり)/和ダンス(二段)/座イス/学習机/折りたたみ式木製イス/金魚運動機/剣道用具一式/卓球台/スキーウェア(小3、中1)/コタツ布団/編み機(太糸用、細糸用)/綿入れ丹前(新品)/テレビ21インチ

●ゆずってください

チャイルドシート/保育園用布団/園児服(塩田地区、黄色)/子ども服(0～2歳児、女児130～140cm)/冷蔵庫/電気こたつ/ワープロ/ファックス/掃除機/自転車(16インチ、26インチ、大人用)/ファンヒーター/大人用スキーセット/スキー靴25～26cm/ぶら下がり健康器/柔道着(140cm)/臼(木、石)/杵/ロックミシン/老人用押し車/古いレコード/ピアノ(電子、箱型)/ピアノ用イス/車いす/犬小屋

ウィークエンドリサイクル

時間 午前10～12時

第1土曜日 西友真田店・ツルヤ上田山口店・マツヤ上田川西店
 第2土曜日 ツルヤ丸子店・西友秋和店・西友三好町店
 第3土曜日 やおふく古里店・Aコープコア塩田店
 第4土曜日 武石地域自治センター・西友上田東店・しおだ野ショッピングセンター

◆丸子保健センター（丸子地域にお住まいの方）

TEL42・1117

◇乳幼児健診・教室・相談◇

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

●持ち物 母子健康手帳、記入した健康診査票、1歳6か月児と3歳児は歯ブラシ

健康診査	実施日	対象者
4か月児健診	5月9日(金)	平成19年12月10日～20年1月8日生
10か月児健診	5月30日(金)	平成19年7月1日～8月5日生
1歳6か月児健診	5月14日(水)	平成18年11月生
3歳児健診	5月23日(金)	平成17年3月1日～4月22日生

●受付時間 10:00～10:30

教室名	実施日	対象者
おたんじょう教室	5月20日(火)	平成19年4月1日～5月15日生

◇予防接種◇

●受付時間 13:00～13:30 ●持ち物 母子健康手帳、予診票

種別	実施日	対象者
ポリオ	5月29日(木)	平成19年5月～7月生

◆真田保健センター（真田地域にお住まいの方）

TEL72・9007

◇乳幼児健診・教室・相談◇

●受付時間 7か月児教室／9:50～10:00、その他の健診／13:15～13:40

●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
乳児整形外科健診・離乳食教室	5月21日(水)	平成20年1月・2月生
4か月児健診	5月30日(金)	平成20年1月生
7か月児教室	5月29日(木)	平成19年10月生
10か月児健診	5月30日(金)	平成19年7月生
3歳児歯科健診	5月23日(金)	平成17年1月～3月生

◇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(事前に郵送されたもの)、体温計

種別	実施日	対象者
ポリオ	5月27日(火)	平成19年5～10月生

◆武石健康センター（武石地域にお住まいの方）

TEL85・2067

◇乳幼児健診・教室・相談◇

●受付時間 4か月・10か月児健診／13:00～13:10、1歳半・3歳児健診／13:20～13:30

●持ち物 母子健康手帳、該当する健康診査票など、詳しく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22日(木)	平成19年12月6日～20年2月22日生
10か月児健診		平成19年6月7日～19年8月22日生
1歳半児健診		平成18年9月・10月生
3歳児健診		平成17年4月・5月生

●受付時間 9:30～9:40 ●持ち物 母子健康手帳、おたずね、赤ちゃん手帳

教室名		実施日	対象者
離乳食教室	初編	5月8日(木)	平成19年12月～20年2月生
	後編	5月19日(月)	平成19年6月～8月生
7か月児教室		5月14日(水)	平成19年9月～11月生
2歳児教室		5月28日(水)	平成18年2月～4月生

※詳しいことは保健ごよみをご覧ください。

◆上田地域保健センター(上田地域にお住まいの方)

TEL23・8244

◇乳幼児健診・教室・相談◇

●受付時間 乳幼児健診／12:30～13:45(開始時刻13:00～)

2歳児歯科健診／12:30～13:15(開始時刻13:15～)

●持ち物 母子健康手帳、健康診査票ほか、詳しくは赤ちゃん手帳または保健ごよみをご覧ください。

健康診査	実施日	対象者
4か月児健診	5月13日(火)	平成19年12月16日～31日生
	5月29日(木)	平成20年1月1日～15日生
1歳6か月児健診	5月14日(水)	平成18年10月16日～31日生
	5月28日(水)	平成18年11月1日～15日生
2歳児歯科健診	5月8日(木)	平成18年2月1日～15日生
	5月22日(木)	平成18年2月16日～28日生
3歳児健診	5月16日(金)	平成17年4月1日～15日生
	5月30日(金)	平成17年4月16日～30日生

塩田母子健康センター(上田地域の塩田・川西地区にお住まいの方)

4か月児健診	5月27日(火)	平成19年12月16日～20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20日(火)	平成18年9月16日～11月15日生

塩田・川西地区の2歳児歯科健診(対象者：平成18年3月1日～4月30日生)、3歳児健診(対象者：平成17年4月1日～5月31日生)は6月に実施します。

市内委託医療機関

個別10か月児健診	5月受診／完全予約制	平成19年6月16日～7月15日生
-----------	------------	-------------------

7か月児教室(7か月ごろの離乳食教室)と歯がはえたら教室(赤ちゃんの歯のケアについて、対象：お子さんの歯が4本はえたころの親子)も、毎月実施しています。詳しくは、平成20年度版保健ごよみをご覧ください。

◇予防接種◇

●受付時間 13:30～14:10

●持ち物 母子健康手帳、予診票、体温計

種別	実施日	会場	対象地域
ポリオ 〈前期〉	5月21日(水)	中央公民館	北部
		川辺町会館	川辺・泉田(上田原)、城下
	5月22日(木)	上野が丘公民館	神科(染屋、長島)、豊殿
		塩田母子健康センター	中塩田(保野、舞田除く)、東塩田、西塩田、別所
	5月28日(水)	神川地区公民館	神川
		西部公民館	西部、塩尻
	5月30日(金)	中央公民館	東部、南部、中央
		川西社会福祉センター	中塩田(保野、舞田)、川西
	6月5日(木)	上野が丘公民館	神科(染屋、長島除く)
		川辺町会館	川辺・泉田(上田原除く)

ヘルスアップ
教室

日時 5月27日(火)、6月27日(金)、7月18日(木)、8月20日(水)、9月19日(金)、10月22日(水)
午前9時30分～午後0時30分

場所 真田保健センター

内容 メタボリックシンドロームについての講話や調理実習、内臓脂肪を減らす運動・活動のポイント、自分の食事量の算出など。

対象 料理に興味があり、5回以上出席可能で、食生活改善推進協議会へ入会を希望する方。

定員 20名

参加費 1,000円(調理実習材料費)

応募締切 5月16日(金)

☎ 真田保健センター
TEL72・9007

5月の行事予定

日時	行事	問い合わせ先
1日木	上小地区メーデー	
2日金	あいそめの湯(新相染閣)オープン!	健康推進課 TEL23・8244
3日土	花桃の郷ウォーク	武石公民館 TEL85・2030
5日月	第37回うえだこどもまつり	生涯学習課 TEL23・6370
	こどもの日「すもう大会」	体育課 TEL23・6372
6日火	第7回西部公民館 ファミリービーチボール大会	西部公民館 TEL27・7544
7日木	長野大学連携講座 「認知症介護と私たちのかわり」(全3回)	中央公民館 TEL22・0760
10日土	講座「近代日本文学の曙」	上田情報ライブラリー TEL29・0210
	上田市植樹祭(上小地区森林祭)	森林整備課 TEL22・4100
11日日	赤十字救急法講習会(全3回)	福祉課 TEL22・4100(内線1602・1603)
	ゴミゼロ運動(・18日・25日・6月1日)	生活環境課 TEL23・5120
14日水	甲種防火管理者資格取得講習会(・15日)	消防本部予防課 TEL26・0029
15日木	第57回上田市総合美術展(～18日)	中央公民館 TEL22・0760
17日土	信州国際音楽村 弦楽アンサンブル第2回定期演奏会	事務局(石田) TEL090・1200・9937
24日土	(仮称)アリオ上田出店に伴う 大規模小売店舗説明会(全3回)	商工課 TEL23・5395
25日日	第28回春季上田市民ゴルフ大会 上田市ゴルフ協会30周年記念大会	ゴルフ協会事務局(山崎) TEL24・1502
27日火	長野大学連携講座傾聴実技講座(全6回)	中央公民館 TEL22・0760
30日金	まるこ春秋学園開校式	丸子公民館 TEL42・3147
31日土	上田城千本桜俳句会授賞式	文化振興課 TEL23・6361



上田市
携帯サイト

CONTENTS

主な内容

- 1 市民ギャラリーオープン ほか
- 2 情報ぴっく・あつぷ
- 4 情報あ・ら・かると(お知らせ)
- 5 (催し)
- 6 (講座・教室)
- 9 (募集)
- 12 文芸
- 13 上田真田まつり
- 14 各施設イベント紹介
- 15 5月の相談コーナー
不用品交換情報
- 16 5月の乳幼児健康診査・予防接種
- 18 イベント・ナビ
- 19 市税等の納期ごよみ

納税は 住み良い暮らしの 第一歩

(市内中学生の納税標語から)



サニアパーク菅平

平成20年度 市税等の納期ごよみ

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

- 1 納期内に取扱い金融機関、コンビニエンスストア、または市役所・各地域自治センターで納付してください。
- 2 納期限後になりますと、督促手数料がかかったり、税額によっては延滞金が加算されますのでご注意ください。
- 3 市税等の納付には、便利で確実な口座振替(自動払込)をぜひご利用ください。

この「納期ごよみ」は、見やすいところに張ってご利用ください。

納税

メ

モ



◎私たちが安心して心豊かに生活していくためには、個人や企業などの活動だけではまかなえない公共サービスや公共施設が必要となります。そうした**まちづくりを行うための財源となるものが市民の皆さんが納めている税金や保険料です。**

◎市税等の主なもの

個人市県民税…平成20年1月1日現在上田市に住所があり、前年中に所得のあった方、また市内に住所がない方でも、事務所、事業所、家屋敷をお持ちの場合には課税されます。

固定資産税・都市計画税…平成20年1月1日現在上田市に土地・家屋・償却資産を所有している方に固定資産税、合わせて都市計画区域内に土地・家屋を所有している方には都市計画税が課税されます。

軽自動車税…平成20年4月1日現在軽自動車を所有、または使用している方に課税されます(廃車の届出は必ず行ってください。届出をしないと、いつまでも課税されることになります)。

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

後期高齢者医療保険料…後期高齢者医療制度に加入されている方(75歳以上の方)と、申請して一定の障がいがあると認定を受けた65歳以上の方)一人ひとりに賦課されます。

介護保険料…介護保険に加入している65歳以上の方一人ひとりに賦課されます。

法人市民税…市内に事務所、事業所を有する法人に課税されます。

◎それぞれ**各納期限まで**に納付書をお持ちになり、取扱金融機関、コンビニエンスストアや、市役所・各地域自治センターの窓口で納めてください。市役所からの通知書をよくご覧いただき、お間違えのないようにお願いします。

※**コンビニエンスストアでの納付について、詳しくは広報うえだ3月1日号をご覧ください。**

◎納付場所・・・**八十二銀行、上田信用金庫、信州うえだ農業協同組合、三井住友銀行、群馬銀行、長野銀行、長野県信用組合、長野県労働金庫、ゆうちょ銀行・郵便局(長野・新潟県内に限る)、取扱コンビニエンスストア各店**

◎市税等を納期限までに納付しないと督促状が発送され、その後10日を経過しても納付や納税相談がなければ、財産調査(預貯金・給与・土地・建物・車など)が行われ差押え処分を受けることとなります。

税 目 等	課税内容等	納 付 方 法 等
市 県 民 税	市 税務課 ☎1281~1286	市 収納管理センター(収納管理課) ☎1301~1306
軽 自 動 車 税	市 税務課 ☎1291~1297	市 市民生活課 TEL42・1028 市 市民生活課 TEL72・0154 市 市民生活課 TEL85・2827
固 定 資 産 税	市 税務課 ☎1291~1297	
都 市 計 画 税	市 税務課 ☎1291~1297	
国 民 健 康 保 険 税	市 国保年金課 ☎1361~1368	
介 護 保 険 料	市 高齢者介護課 TEL23・6246 市 健康福祉課 TEL42・0015 市 健康福祉課 TEL72・4700 市 健康福祉課 TEL85・2119	
下 水 道 受 益 者 負 担 (分 担) 金	上下水道局 サービス課 ☎1536	

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

市税等の納付は、便利・安全・確実な口座振替(自動振替)をお勧めします！

口座振替は
(自動振込)

外出の手間が省けて、
便 利！

現金を持たないため、
安 全！

納期限までの納付が、
確 実！

手続きは簡単ですので、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)、通帳届出印、市税等の納付書をお持ちいただき、預貯金口座のある金融機関、または市役所1階収納管理センター(収納管理課)・各地域自治センター担当課でお申し込みください。

○固定資産税を口座振替で納めている方へ(お願い)

相続や贈与等で土地や家屋の所有者が代わったり、共有名義人を変更された場合は、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に、車検用の納税証明を納税義務者宛に送付しています。お急ぎの方はご連絡ください。

○市県民税、固定資産税・都市計画税、国民健康保険税については、全納期分を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指定できません。また前納に伴う報奨金はありません。詳しくは市役所収納管理センター(収納管理課)、または各地域自治センターへお問い合わせください。