



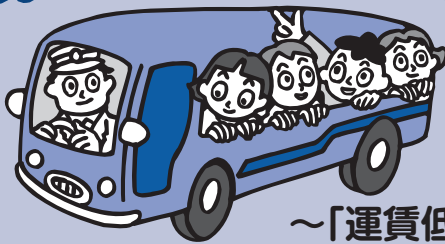
目次

- | | |
|-------------------------|-----------------------|
| 1 乗って残そう！乗って活かそう！バス路線 | 8 情報ア・ラ・カルト |
| 2 平成26年度保育園・公立幼稚園の入園受付 | 20 文芸、行政チャンネル、イベント・ナビ |
| 4 本人通知制度が始まります | 21 10月の乳幼児健診・教室 |
| 5 高齢者のインフルエンザ予防接種が始まります | 22 施設イベント |
| 6 情報ピックアップ | 24 10月の相談コーナー、不用品交換情報 |

シリーズ

問 地域交通政策課 TEL23・5011

乗って残そう！乗って活かそう！ バス路線 Vol.4



～「運賃低減バス」で市内へ出かけましょう～



A：9月1日号「広報うえだ」で、10月から始まる「運賃低減バス」のことが大きく取り上げられていたね。

B：特に遠距離の乗車運賃が大幅に安くなって、上田駅から菅平高原や鹿教湯温泉までが500円で行かれるのは利用者にとってはありがたいことだね。

A：通勤・通学・通院や買い物など、普段の移動手段としてはもちろん、それ以外のいろんな場面で、より多くの人に路線バスを利用してもらうことで、将来へバス路線を「乗って残す」ため、市内の路線バスに低価格運賃を導入するそうだよ。

B：秋は行楽の季節でもあるし、10月からは、気軽に路線バスで、これまで知らなかった市内へ出かけるなんてこともできて、なんだか楽しそうだね。

A：例えば、千曲バスの^{けんどうかわにしせん}「県道川西線」。これは上田駅から上田橋を渡り、御所、中之条、下之条を通して下半過地区までを結ぶ路線なんだけど、「山口」バス



停から数分のところに「上田 道と川の駅」という施設があるんだ。単なる休憩施設だけでなく、飲食・物販、芝生広場、ウォーキングコースなどたくさんの施設があるんだ。特におすすめは、5月にオープンした物産センターで売っている「蚕都上田の桑の実ソフト」。バスに乗って来て、食べる味は格別だよ。

B：300円で行けて、いろいろ楽しめそうだね。今から楽しみだね。



9月に全戸配布したバスマップ



上田 道と川の駅交流センター



次回(10月1日号) 先進地から応援メッセージをいただきました
10月1日「運賃低減バス」運行開始



平成26年度 保育園・公立幼稚園の入園受付

私立・公立保育園・公立幼稚園では、就業や育児休業終了などにより、お子さんの入園を希望される方を対象に、次のとおり平成26年度の入園申し込みを受け付けます。



保育園って幼稚園って

Q 保育園・公立幼稚園はどんなところ？

A 保育園は、保護者が仕事・病気などにより、家庭で子どもの保育ができない場合に、0歳児から小学校就学前までの乳幼児を対象に、家庭に代わって保育を行う児童福祉施設です。幼稚園は、満3歳から小学校就学の始期に達するまでの児童を保育し、その心身の発達の助長を図ることを目的としています。

Q 保育時間は？

A 通常の保育時間は、平日の午前8時30分～午後4時30分、土曜日の午前8時30分～午後0時30分です。保護者の勤務などに合わせて、朝・夕ともに時間を延長している保育園・公立幼稚園があります(園によって延長保育時間が異なりますのでご確認ください)。延長保育を利用される際は、保育料・授業料のほかに延長保育料が必要です。

Q 保育料・授業料はどうなるの？

A 公立・私立保育園、公立幼稚園は、いずれも基本となる保育料・授業料の算定は同じです。保育料・授業料は、家庭の課税状況(保護者が前年に支払った所得税などの額)や子どもの年齢によって決まります(年齢は4月初日の前日で判断します)。

市では、保護者の負担を軽減するため、次のような場合に保育料・授業料を軽減しています。

- ・同一世帯で2人以上の児童が、保育園、幼稚園、認定こども園、知的障害児通園施設などに同時に入園している場合
- ・同一世帯の第1子が中学生までの場合で、第3子以降に当たる児童が入園している場合

なお、詳しくは保育課に問い合わせください。

Q 障がいのある子どもの保育はしてもらえるの？

A 保育園・公立幼稚園での集団生活が可能な範囲でお預かりしますのでご相談ください。

■入園できる基準

○保育園

- ①保護者が家庭内または家庭外で仕事をしている(育児休業中は基準に該当しません)
- ②母親が妊娠中あるいは出産後間もない
- ③保護者が病気、あるいは家庭にいる病人などを看護しているなど、家庭で児童の保育ができない場合

○公立幼稚園

公立幼稚園に入園できるのは、満3歳以上の児童です。

■受付期間

受 付 日	受 付 場 所
11月5日(火)・6日(水) 12:00～18:00	入園を希望する保育園・公立幼稚園
11月7日(木)・8日(金) 8:30～19:00	保育課・丸子・真田・武石地域自治センター健康福祉課 ※保育園・幼稚園で申し込みができなかった場合

■申込方法

10月4日(金)から、各保育園・公立幼稚園、保育課および丸子・真田・武石地域自治センターで配布される申込書に必要事項を記入の上、提出してください。このほか、申込書以外に必要な書類があります。詳しくは、申込書と一緒にお配りする「保育園入園のしおり」をご覧ください。

なお、保育園への入園は出生前から予約の申し込みができます。母子健康手帳をお持ちの上、申し込みください。

■保育園・公立幼稚園の入園先、保育料・授業料の決定など

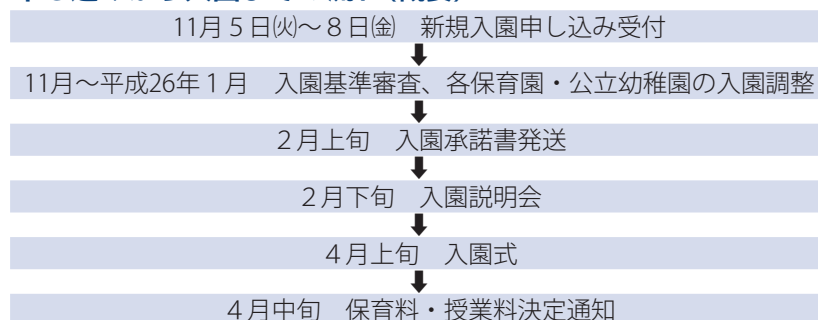
入園先は、第1希望を優先させていただきますが、入園希望が特定の園に集中した場合は、第2希望以降の保育園・幼稚園になる場合があります。

保育料・授業料は、4～6月は暫定で算出し、4月中旬に通知します。正式な決定は、6月に市県民税額が確定した後になります。

■途中入園

特別な事情で急きょ入園を希望される場合は、受け入れ可能な範囲で年度途中で入園を受け付けています。

■申し込みから入園までの流れ(概要)



困ったときは…

□休日保育

在園している児童が、保護者の仕事の都合などで休日に保育を必要とする場合に利用できます。

□一時預かり

入園していない児童が、保護者の仕事(求職活動など)・出産・病気(通院)・冠婚葬祭などで、一時的に家庭で子どもの保育をすることができない場合に利用できます。一時預かり保育料が必要です。詳しくは実施園に問い合わせください。

■保育園・幼稚園の概要

園 名		所 在 地	電話番号	保育時間(延長含む)	定員 (人)	入園 年齢	一時 預かり
				平日(土曜日)			
私立保育園	甘露	中央 5	22・7665	7:00 ～ 19:00 (18:30)	90	0歳～	
	芙蓉	中央北 2	22・1147	7:00 ～ 19:30 (18:00)	150	0歳～	
	聖ミカエル	中央 3	22・1361	7:00 ～ 19:00 (17:00)	60	0歳～	○
	かんぎおん	常磐城 3	22・1595	7:00 ～ 19:30 (18:30)	90	0歳～	○
	みのり	中之条	22・0465	7:00 ～ 19:00 (17:30)	120	0歳～	○
	西丘	芳田	35・1157	7:00 ～ 19:00 (19:00)	150	0歳～	
	常田	常田 2	22・1520	7:00 ～ 19:30 (17:30)	45	0歳～	○
	秋和	秋和	27・8820	6:45 ～ 19:45 (19:00)	120	0歳～	○
	三好町	諏訪形	28・1160	7:00 ～ 19:30 (18:00)	195	0歳～	○
	あゆみ	古里	23・0503	7:15 ～ 19:15 (18:00)	90	0歳～	○
公立保育園	東部	常田 3	22・0682	7:30 ～ 19:00 (17:30)	140	0歳～	○
	南部	常田 1	22・7108	7:30 ～ 19:30 (17:30)	70	0歳～	
	北	常磐城 5	22・3475	8:00 ～ 18:30 (※17:30)	90	1歳～	
	塩尻	上塩尻	22・3476	8:00 ～ 18:00 (※17:30)	60	1歳～	○
	神川第一	大屋	35・0299	8:30 ～ 16:30 (※15:00)	60	1歳～	
	神川第二	芳田	35・0349	7:30 ～ 18:00 (※15:00)	60	1歳～	
	国分	国分	27・0105	7:30 ～ 18:00 (15:00)	60	1歳～	
	神科第一	住吉	22・0597	8:00 ～ 18:00 (※17:30)	100	1歳～	
	神科第二	古里	22・0598	7:30 ～ 19:30 (17:30)	170	0歳～	
	豊殿	芳田	22・6802	7:30 ～ 18:00 (15:00)	90	0歳～	○
	城下	諏訪形	22・0887	7:30 ～ 18:30 (17:00)	120	0歳～	
	川辺	上田原	22・5029	7:30 ～ 18:30 (17:00)	120	0歳～	
	下之条	下之条	27・2986	8:00 ～ 18:00 (※17:00)	75	1歳～	
	泉田	小泉	22・5163	7:30 ～ 19:00 (17:00)	90	0歳～	○
	塩田中央	中野	38・2512	7:30 ～ 19:30 (17:30)	130	0歳～	○
	東塩田	下之郷	38・2552	7:30 ～ 19:00 (17:30)	150	0歳～	
	西塩田	手塚	38・2609	7:30 ～ 19:00 (※17:30)	80	0歳～	
	塩田北	小島	38・2636	7:30 ～ 19:00 (17:30)	120	0歳～	
	浦里	仁古田	31・2058	7:30 ～ 19:00 (15:00)	90	0歳～	
	室賀	下室賀	31・2142	7:30 ～ 18:30 (※15:00)	60	0歳～	
	中丸子	中丸子	42・2644	7:30 ～ 19:00 (17:30)	120	0歳～	○
	みなみ	腰越	42・2183	7:30 ～ 18:30 (※17:30)	70	0歳～	
	東内	東内	42・2217	7:30 ～ 19:00 (※17:30)	60	0歳～	
	西内	西内	44・2200	7:30 ～ 18:30 (※17:30)	60	0歳～	○
	依田	生田	42・2423	7:30 ～ 19:00 (※17:30)	150	0歳～	
	長瀬	長瀬	42・2401	7:30 ～ 18:30 (※17:30)	110	0歳～	○
	塩川	塩川	35・0034	7:30 ～ 18:30 (※17:30)	70	1歳～	
	さなだ	真田町長	72・2050	7:30 ～ 19:00 (17:30)	150	0歳～	
	そえひ	真田町傍陽	73・2532	7:30 ～ 19:00 (※17:30)	60	0歳～	○
	すがだいら	菅平高原	74・2160	8:30 ～ 18:00 (17:00)	60	1歳～	
	武石	下武石	85・2113	7:30 ～ 19:00 (12:30)	120	0歳～	○
公立幼稚園	ちぐさ	塩川	35・0652	8:00 ～ 18:00 (※17:30)	75	3歳～	
	わかくさ	上丸子	42・2237	8:00 ～ 18:00 (※17:30)	75	3歳～	

※印の保育園・幼稚園は土曜日は集中保育(他園での保育)を実施しています。

詳しくは保育課または各保育園などへお問い合わせください。

問 ◇保育園について

市 保育課 TEL23・5132

市 健康福祉課 TEL72・2203

各保育園(一覧表参照)

市 健康福祉課 TEL42・1039

市 健康福祉課 TEL85・2067

◇公立幼稚園について

市 保育課 TEL23・5132

各公立幼稚園(一覧表参照)

市 健康福祉課 TEL42・1039

10月1日から 本人通知制度が 始まります

●本人通知制度って何ですか？

市では、10月1日から本人通知制度を開始します。この制度は、あらかじめ登録された方の住民票の写しや戸籍謄本などを、本人の代理人または第三者へ交付した場合、登録した方へ交付の事実をお知らせする制度です。

登録できる方は、上田市に住民登録や本籍のある方、またはあった方です。
※この制度は住民票の写しや戸籍謄抄本などの交付を制限するものではありません。

●どんな目的でできた制度なんですか？

本人の代理人や第三者による、住民票の写しや戸籍謄本などの不正請求の抑止効果や不正取得による個人の権利侵害の防止を目的としています。

●登録すると、どんなことがわかるのですか？

登録期間中に本人の代理人、または第三者に住民票の写しや戸籍謄本などを交付した場合、登録した本人へ通知します。

【通知内容】

- ①交付年月日
- ②交付した証明書の種別
(戸籍謄抄本、住民票など)
- ③交付件数
- ④交付請求者の種別(「代理人」、または「その他第三者」のいずれかを通知します)

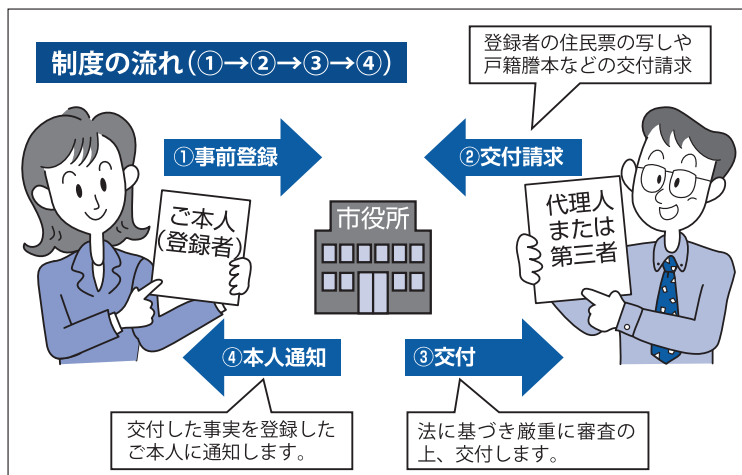
※通知対象とならないもの…国や地方公共団体か

らの請求、弁護士・司法書士などからの裁判・訴訟・紛争処理手続きなどを目的とした請求など

※証明書を取得した個人の情報は通知しません。申請内容については、「上田市個人情報保護条例」に基づき、本人からの開示請求ができます。

本人通知の対象となる証明書など

- ・住民票の写し(本籍または国籍・地域の記載のあるもの)
 - ・住民票の記載事項証明書(本籍または国籍・地域の記載のあるもの)
 - ・戸籍の附票の写し
 - ・戸籍謄本または抄本(全部事項証明書または個人事項証明書)
 - ・戸籍の記載事項証明書
- ※削除された住民票・戸籍の附票、除籍、改製原戸籍も含まれます。



●この制度を利用するには…

事前に登録が必要です！登録料は無料です。

【持ち物】 事前登録申込書、登録希望者および代理人など双方の本人確認書類
(免許証、旅券、顔写真付の住民基本台帳カードなど)、印鑑など

※郵送による登録もできます。

※詳しくは、市ホームページ、または市民課、各地域自治センター窓口のチラシをご覧ください。

●登録期間は…

申込日から3年間です(通知の開始日は申込日の翌開庁日です)。

●引き続き登録を希望される方は…

登録期間満了日の1か月前から満了日の前日までに更新手続きをしてください。

※登録期間中、登録者の氏名や住所などに変更が生じた場合、届出が必要です。

●受付窓口 市民課、丸子・真田・武石地域自治センター市民生活課、
豊殿・塩田・川西地域自治センター窓口



10月1日から 高齢者の インフルエンザ 予防接種 が始まります

対象

① 65歳以上の市民（予防接種を希望するという意味表示ができることが必要です）。② 60歳以上65歳未満の方で心臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスの疾病により身体障害者手帳1級をお持ちの方、もしくは診断書などにより同程度の障がいがあると認められる方（詳しくは、問い合わせください）

実施期間

10月1日（火）～12月31日（火）

実施場所

下表のとおり

料金

1000円（ただし、生活保護世帯の方は無料）

持ち物

年齢および住所を確認できるもの（保険証・運転免許証など）、体温計

受け方

- ① 事前に医療機関に電話予約する
- ② 体調の良い時に接種する
- ③ 医療機関で体温を測定し、予防票を記入する（予防票は医療機関にあります）

平成25年度 予防接種実施医療機関一覧表

医療機関名 上田地域	住 所	電話番号
小松内科循環器科医院	上 田	27・2200
上田腎臓クリニック	住 吉	27・2737
神科中央クリニック	住 吉	26・1144
豊殿診療所	殿 城	29・1220
い内科クリニック	古 里	21・3737
こさとクリニック	古 里	28・4111
ハートクリニック上田	踏入2	23・0386
上田病院	中央1	22・3580
甲田医院	中央1	22・0859
佐藤胃腸科内科	中央1	22・2342
日新堂医院	中央3	22・0558
三浦産婦人科	中央3	22・0350
クリニック岡田	中央6	24・2662
杉山クリニック	中央北1	26・8200
安藤病院	中央西1	22・2580
宮下医院	中央西1	22・4328
柳沢病院	中央西1	22・0109
荒井医院	中央西2	22・0474
緑が丘医院	中央西2	26・8737
田中クリニック	常入1	23・5757
吉田こども医院	常入1	24・1222
金井医院	国 分	22・9716
山越医院	国 分	26・5800
上田整形外科クリニック	常田2	75・7518
大谷外科呼吸器科医院	常田3	27・2220
宮坂内科小児科医院	常田2	22・0759
飯島耳鼻咽喉科医院	大手1	22・1270
村上医院	大手1	22・3740
ささき小児科医院	常磐城5	27・7700
依田医院	常磐城5	28・1223
渡辺皮膚科形成外科クリニック	小 牧	29・1112
諏訪形クリニック	諏訪形	25・5556
上田透析クリニック	御 所	27・3006
城南医院	御 所	22・3481
半田循環器科内科医院	中之条	28・0888
堀こどもクリニック	中之条	23・5566
三原内科医院	中之条	27・6500
高野外科医院	秋 和	22・8266
上田生協診療所	上塩尻	23・0199
葦沢内科医院	芳 田	35・3330
下形整形外科クリニック	芳 田	35・5252
はらだ内科クリニック	大 屋	36・0520
かんがわクリニック	蒼久保	34・5151
斉藤外科医院	蒼久保	35・0887

医療機関名 上田地域	住 所	電話番号
飯田整形ペインクリニック	上田原	28・1211
池田クリニック	上田原	22・5041
うえだはらライフクリニック	上田原	22・0873
上田原デ・イス&マタニティクリニック	上田原	26・3511
小泉クリニック	小 泉	81・0088
飯島医院	築 地	22・5011
ついじ内科消化器科クリニック	築 地	29・8686
山田内科医院	下之郷	26・8181
リサーチパーククリニック	下之郷	37・1133
甲田クリニック	古安曾	38・3065
川西医院	保 野	38・2811
五野医院	小 島	38・0101
塩田病院	中 野	38・2221
橋本医院	舞 田	38・2033
山極内科医院	別所温泉	38・7388
わかた内科	新 町	38・2540
川西生協診療所	仁古田	31・1411

医療機関名 丸子地域	住 所	電話番号
三才山病院	鹿教湯温泉	44・2321
鹿教湯病院	鹿教湯温泉	44・2111
滝沢病院	塩 川	35・0305
つかはらクリニック	塩 川	75・5544
岸医院	上丸子	42・2679
塚原医院	上丸子	42・5558
丸子中央病院	中丸子	42・1111
中山医院	中丸子	42・6501
沖山医院	長 瀬	42・3451
山浦内科クリニック	長 瀬	71・0170
生田耳鼻咽喉科医院	生 田	41・1187
大久保医院	生 田	42・6465

医療機関名 真田地域	住 所	電話番号
さなだクリニック	長	72・0711
本原医院	本 原	72・2067
小林医院	傍 陽	75・3555

医療機関名 武石地域	住 所	電話番号
矢嶋診療所	武石沖	87・3260
武石診療所	下武石	85・3308

医療機関名	その他の地域	住 所	電話番号
国保依田窪病院		長和町古町	68・2036

催し //

交流・文化施設オープンプレコンサート

「青島広志のおしゃべりコンサート with 東京フィルハーモニー交響楽団」を開催します

平成26年10月の交流・文化施設の開館に向けたイベントのひとつとして、クラシック音楽を楽しく分かりやすく解説し、親子でも楽しめる「青島広志のおしゃべりコンサート with 東京フィルハーモニー交響楽団」を開催します。

日 時 11月24日(日)午後4時～(開場3時30分)

場 所 上田市民会館

内 容 指揮&お話／青島^{ひろし}広志氏
ゲスト／小野^{おの}勉氏(テノール)

曲目／モーツァルト：交響曲第40番より、
ベートーヴェン：交響曲第6番「田園」より、
青島広志が贈るパールギュントの世界

料 金 S席：前売券3,500円(当日券4,000円)

A席：前売券2,500円(当日券3,000円)※税込・全席指定

前売券 先行販売：9月21日(土)～10月2日(水)／平安堂(上田店・上田しおだ野店)
一般発売：10月4日(金)～11月22日(金)／平安堂(上田店・上田しおだ野店)、
セブン-イレブン、ローソン

当日券 11月24日(日)午後2時～／上田市民会館

問 市 交流・文化施設開設準備室 TEL23・5219

チケットの問い合わせ SBC信越放送テレビ局 TEL026・237・0545(平日午前10時～午後5時)



青島広志氏
©Gakken Pub



小野勉氏

催し //

別所線応援企画

北条まどかキャラクターボイストレイン

別所線存続支援キャラクター「北条まどか」のキャラクターボイス(CV)を担当している声優の真田アサミさんが、駅構内や車内で実際にアナウンスするイベントを開催します。

また、当日はキャラクターボイスCDの付いた記念乗車券の第2弾も発売され、真田アサミさんによるサイン会も開催します。別所線ファン、北条まどかファン、鉄道ファンには、嬉しい企画となっていますので、ぜひご参加ください！

期 日 9月23日(月・祝)

場 所 別所線上田駅、車内、別所温泉駅

時間/内容 午前9時～／イベントフリー切符発売(上田駅構内。100枚限定)

午前9時30分～／北条まどか等身大POP(上田電鉄制服バージョン)除幕式

午前9時45分～／北条まどか(CV：真田アサミ)による駅構内アナウンス

午前10時2分～／北条まどか(CV：真田アサミ)による車内アナウンス

午前10時30分～／CD付き記念乗車券発売(別所温泉駅)、

真田アサミサイン会(「CD付き記念乗車券」購入者に限ります。サイン会は午前11時30分終了)

※一般参加者による写真撮影などは禁止です。また、開催内容が変更となる場合があります。詳しくはWebサイト「別所線にのろう！」または「上田電鉄ホームページ」をご覧ください。

問 別所線電車存続期成同盟会事務局(市 地域交通政策課内) TEL23・5011



別所線にのろう！

検索

市 上田市役所 TEL.22・4100(代) FAX.25・4100(代)

丸 丸子地域自治センター TEL.42・3100(代) FAX.43・3666(代)

真 真田地域自治センター TEL.72・2200(代) FAX.72・4140(代)

武 武石地域自治センター TEL.85・2311(代) FAX.85・2313(代)

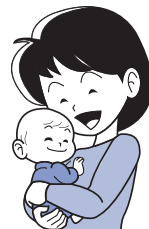
催し

こころとからだを育む講演会を開催

子どもの成長・発達に合わせたかかわり方について

子どもは、生まれて数年の間に歩く、走る、おしゃべりをするなどめざましく成長していきます。子どもが成長するためには、食事や睡眠をとることはもちろん、家族とのふれあいや遊びなど、大人からの働きかけで子どもの心と体はより豊かに成長していきます。

そこで、子どもの成長・発達に合わせたかかわり方について専門家による講演会を開催します。子育て中の皆さんのご参加をお待ちしています(入場無料)。



日時・内容など

日	時	内 容	講 師	定 員 (先着順)	対 象	会場・申込先
第1回	10月2日(水) 午後1時30分～2時45分 (受付1時～)	・子どものかかりやすい病気と手当ての仕方 ・身近にある事故予防	小児科医師 保健師	50名 (託児あり※)	乳幼児の保護者	ひとまちげんき・健康プラザうえだ 健康推進課 TEL23・8244
第2回	10月16日(水) 午後1時30分～2時45分 (受付1時～)	・2～3歳頃の子どもの発達 ・発達を豊かにするかかわりと遊び	臨床心理士 保育士	20名 (託児あり※)	2～3歳頃のお子さんの保護者	
第3回	11月11日(月) 午前10時～11時 (受付9時30分～)	・1歳頃までの子どもの運動発達 ・乳児期の身体発達を促す遊び	理学療法士	20名 (託児なし)	4～7か月児と保護者	
第4回	11月14日(木) 午後1時30分～2時30分 (受付1時～)	・子どものかかりやすい病気と手当ての仕方 ・子どもとのかかわり	小児科医師	20名 (託児あり※)	1歳未満のお子さんの保護者	丸子保健センター 健康福祉課 TEL42・1117
第5回	12月13日(金) 午前10時～11時15分 (受付9時30分～)	・1歳頃までの子どもの発達 ・発達を豊かにするかかわりと遊び	臨床心理士 保育士	20名 (託児あり※)		

申込方法 9月24日(火)以降、電話で申込先へ。※託児は先着20名。

問 市 健康推進課 TEL23・8244 丸 健康福祉課 TEL42・1117

お知らせ

通行1回あたり60円お得です

平井寺トンネル有料道路市民割引回数券の販売

市では、通行1回あたり60円お得な「平井寺トンネル有料道路市民割引回数券」を販売しています。

対 象 申請日において市民である方(法人は対象外)

車 種 普通車のみ(小型自動車、普通乗用自動車、普通貨物自動車など。軽自動車含む)

料 金 1枚あたり140円(通常の通行料金は1回200円) **販売枚数** 10枚単位で販売(1回の購入は100枚まで)

販売窓口 〈平日〉 市民課、丸子・真田・武石地域自治センター市民生活課、豊殿・塩田・川西地域自治センター／月～金曜日(午前8時30分～午後5時15分)

〈休日〉 上田情報ライブラリー／土・日・祝日の開館日(午前10時～午後5時)

※平井寺トンネル有料道路料金所では市民割引回数券の販売は行いません。

購入方法 所定の購入申込書(市ホームページからダウンロード可、販売窓口にあり)に必要事項を記入の上、販売窓口へ。

持ち物 本人であることが確認できる書類※(代理人が購入する場合は、委任状などと、代理人の本人確認書類)、印鑑
※本人確認できる書類

1点でよいもの(免許証などの官公庁が発行した写真付きの証明書)、2点必要なもの(健康保険証、年金手帳など)

注意事項 払い戻しはできません。不正購入が発覚した場合は、次回以降の申請を受理しないことがあります。利用は個人使用に限ります。

問 市 地域交通政策課 TEL23・5011

お知らせ

秋の全国交通安全運動が始まります

日暮れが早まるこれからの季節は、夕暮れ時の交通事故が多発します。「思いやり」の心で、子どもやお年寄りを交通事故から守るとともに、一人ひとりが、交通ルールとマナーを守り、事故を防ぎましょう。

●期間 9月21日(土)～30日(月)の10日間

問 市生活環境課 TEL 22・4140

狂犬病予防注射を必ず受けましょう！

春の集合注射以降に生まれた生後91日以上の犬、または、今年度狂犬病予防注射未実施の犬が対象です。

●日時／場所 【上田地域】10月6日(日)午前9時～9時30分／塩田地域自治センター前駐車場、午前10時～11時／上田合同庁舎正面玄関前駐車場、【丸子地域】10月20日(日)午前8時30分～9時／丸子地域自治センター前駐車場、【真田地域】10月5日(土)午前9時～9時10分／本原担い手研修センター、午前9時20分～9時30分／真田地域自治センター前駐車場、午前9時40分～9時50分／傍陽小学校東側駐車場、午前10時20分～10時30分／菅平高原国際リゾートセン

お知らせ

タ1、【武石地域】10月20日(日)午前10時～11時／武石地域自治センター前駐車場

●費用 新規登録／6220円(注射料金含む)、登録済／3220円(注射料金のみ)。おつりのないようご協力をお願いします。

問 市生活環境課 TEL 22・4140
および 市民生活課

全国地域安全運動が始まります

10月11日から全国地域安全運動が始まります。地域の防犯ボランティアの皆さんによる防犯パトロールなども行われますので、市民の皆さんのご協力をお願いします。

●期間 10月11日(金)～20日(日)

●運動重点 【特殊詐欺の被害防止】不審な電話などがあつたら警察、市役所、自治会長などに相談しましょう、【子どもと女性の犯罪被害防止】犯罪から守るため子どももの安全を地域の皆さんで見守りましょう、女性の夜の一人歩きには十分注意しましょう

問 市生活環境課 TEL 22・4140

水道メーターの取替えにお伺いします

水道メーター(量水器)は、計量法により有効期間が8年間で定められています。今年が取替えの年に当

たる方に、市上下水道局から事前に通知した上で、業務員証を携帯した指定給水装置工事業者が取替えにお伺いします。敷地内に立ち入らせていただきますが、ご理解とご協力をお願いします。

●地域／期間 上田地域／9月～平成26年3月、丸子地域／9～12月、真田地域／9月～平成26年1月、武石地域／9～12月

●対象 市営水道区域で今年取替えの年に当たる水道メーター

問 市サービス課 TEL 23・8243
および 上下水道課

オータムジャンボ宝くじ発売！

今年の秋は、1等賞金が3億3千万円！この宝くじの収益金は、市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。

●発売期間 9月20日(金)～10月11日(金)

●発売場所 全国の宝くじ売り場

●抽選日 10月18日(金)
問 市財政課 TEL 23・5113

人工透析のための通院費助成制度

じん臓に障がいのある方に、人工透析のために通院する交通費を一部助成します。

●対象者 次のすべてに該当する方

①市内在住で、人工透析を受けている方、②片道2km以上の距離を通院している方、③市税の滞納がない方

●対象期間 4～9月

●申請方法 必要書類をお渡ししますので、10月18日(金)までに、左記へご連絡ください(郵送可)。

問 市福祉課 TEL 23・5158
および 健康福祉課

不動産評価などの無料相談会

不動産評価(売買、交換、相続、借地、担保、賃貸借など)に関して、不動産鑑定士がお答えします。

●日時 10月1日(火)午前10時～午後4時

●場所 上田商工会議所
問 (二社)長野県不動産鑑定士協会 TEL 026・225・5228

全国労働衛生週間が始まります

10月1日(火)～7日(月)は、全国労働衛生週間です。「健康管理 進める 広げる 職場から」をスローガンに、職場の労働衛生意識を高め、自主的な労働衛生管理を進めましょう。

問 厚生労働省労働基準局安全衛生部労働衛生課
TEL 03・5253・1111

市 上田市役所

tel.22・4100(代) fax.25・4100(代)

丸

丸子地域自治センター tel.42・3100(代) fax.43・3666(代)

真

真田地域自治センター tel.72・2200(代) fax.72・4140(代)

武

武石地域自治センター tel.85・2311(代) fax.85・2313(代)

ようこそ市長室へ

8月に訪問した方の中から紹介します。

長野スーパーエンジェルス 第4回全日本女子ドッジボール選手権全国大会出場

7月21日に開催された第4回全日本女子ドッジボール選手権長野県大会で全勝優勝した、長野スーパーエンジェルの選手の皆さんが、8月19日、市長を表敬訪問しました。



長野スーパーエンジェルスは、市内の小学3～6年生の10人と長野市内の小学生5人で編成された混合チームで、春と夏の大会を通じて今回で5回目の全国大会出場となります。

キャプテンで神科小学校6年生の西田涼那さんは「今まで全国大会ではベスト16が最高だったので、今回は優勝を目指して頑張りたい」、また、他の選手たちも「あこがれのカラーコートで、いいプレーをしたい」などと、抱負を語っていました。

母袋市長は「全力を出し切れれば結果はついてくる」、「思い出に残る大会にしてください」と激励しました。

ブルームフィールド第6次訪問団が帰国報告

7月29日から8月7日まで、市の国際友好都市である「アメリカ合衆国コロラド州ブルームフィールド市郡」でホームステイを行った中学生15人が、8月9日、帰国の報告のため市長を表敬訪問しました。



生徒たちからは、「話し方が早く、英語の聞き取りが大変だった」、「身振り・手振りが、通じない場面が多かった」など、現地での苦労話や、「ホストファミリーの子どもたちと楽しく遊べた」、「英語が通じた時の喜びがあった」など、楽しい思い出を語っていました。

訪問団団長の桜井久恵さんは、「派遣が始まった当初は、アメリカに行くこと自体が目的となっていたが、今後は滞在中の活動にテーマを決めるなど、より良い事業にしていきたい」と話していました。

母袋市長は、「私自身もホームステイの経験があり、皆さんの苦労はよくわかる」、「この経験を自信にして、学校生活を送って欲しい」と激励しました。

うえだ城下町映画祭 無声映画鑑賞券先行販売

まごの手プロジェクトとの共同企画により上映します。

●日時 11月16日(土)午前10時～、午後1時30分～(1日2回)

●場所 上田映劇

●上映作品 「恋の花咲く伊豆の踊子」(無声映画、弁士・楽団の生演奏あり、上田ロケ作品)

●料金 前売券1000円(当日券1200円)

●販売場所 上田映劇、ジュエリー



問 市文化振興課 TEL23・6361

工房翔、上田市教育委員会第二庁舎、インターネット申し込み(ながの電子申請サービス)

上田創造館臨時休館

10月7日(月)、全館定期清掃のため臨時休館します。ご理解ご協力をお願いします。なお、自動交付機も使用できませんので、ご了承ください。

問 上田創造館 TEL23・1111

民事介入暴力 無料相談所を開設

長野県暴力追放県民センターの顧問弁護士と職員が、不当要求など民

事介入暴力の無料相談を行います。秘密は厳守しますので、暴力団に關してお困りの方はご相談ください。

●日時 10月15日(火)午後1時～4時

●場所 市役所南庁舎

●申し込み 電話で左記へ(予約がなくても、随時受け付けます)。

問 (公財)長野県暴力追放県民センター

TEL026・235・2140

職場のトラブル無料相談

労働者個人と事業主間のトラブルを解決するための相談をお受けします。秘密は厳守しますので、「突然解雇された」「従業員が従わない」などの問題をご相談ください。

●参加費 無料

●申し込み 問い合わせの上、直接左記へ。

問 東信労政事務所
TEL 25・7144

催し

子育てサークル企画の
コンサートにご招待

●日時 10月10日(木)午前10時30分～

正午

●場所 真田中央公民館

●内容 0歳から小学生の子どもを持つ音楽好きなママグループ「ドレミファそらまめ」の楽しいコンサート。子育てサークルの紹介もあります。

●対象 未就園児とその家族(子育てサークル未加入の方限定)

てサークル未加入の方限定)

●定員 先着30組

●参加費 無料

●申し込み 9月24日(火)～10月4日(金)に「コンサート参加」、保護者氏名、参加人数を記入の上、メール(With:nom@ezweb.ne.jp)で左記へ。

問 子育て支援団体With:nom

TEL 090・4460・7165
(午前10時～午後3時、土日祝日を除く)

景観ウォッチング
～伊勢山編～開催

砥石城の城下町として発展した伊勢山の集落を中心に散策し、当時の町割りや蚕室造りの古民家が残る歴史的なまちなみを訪ね、その景観の魅力を考えます。

●日時 10月12日(土)午前9時30分～

午後0時30分頃(少雨決行)

●場所 午前9時20分までに伊勢山生活改善センターに集合

●コース 伊勢山の集落、陽泰寺、砥石米山城址櫓門口などを巡る

ようこそ市長室へ

8月に訪問した方の中から紹介します。

第66回富士登山競走優勝 松本大さん

7月26日に開催された「第66回富士登山競走」の山頂コース男子の部で、標高差3,000m以上、全長21kmという過酷なレースを走り切り優勝した松本大さんが、8月19日、市長を表敬訪問しました。



松本さんは群馬県嬬恋村出身ですが、スカイランニングに適度な標高差の山があり、交通の便がよく、住みよい環境であることから、今春上田市に移り住み、自身の練習と共にスカイランニングのPR活動を行っています。

松本さんは、「8月24日にスイスでスカイランナーワールドシリーズの大会があるので、胸をはって、世界で戦っていききたい」と抱負を語っていました。

母袋市長は、「次のスイス大会では、いい成績が出せるよう、また満足いく成績になるよう、頑張ってください」と激励しました。

第10回全国小学生学年別柔道大会出場

6月に行われた長野県少年・少女柔道チャンピオン大会兼全国小学生学年別柔道大会長野県予選会で優勝し、全国大会に長野県代表として出場する選手、監督など関係者の皆さんが、8月21日、市長を表敬訪問しました。



選手たちからは、「全力で戦って、悔いの残らないように頑張りたい」、「優勝を目指しつつ、自分の柔道を精いっぱいやってきたい」などと決意表明がありました。

母袋市長からは「長野県代表の8名のうち4名がこの地域から出たことを誇りに思う。大会への決意が実現するように、全力を試合にぶつけてもらいたい」と激励がありました。

(選手紹介)

全国大会出場を決めた藤井忠沖さん(塩田西小6年生・写真前列左端)、丸山みかのさん(丸子中央小5年生・写真前列左から2番目)、小林翔太さん(豊殿小6年生・写真前列右から2番目)、窪田魅空斗さん(上田北小5年生・写真前列右端)

市 上田市役所

tel.22・4100(代) fax.25・4100(代)

丸 丸子地域自治センター

tel.42・3100(代) fax.43・3666(代)

真田地域自治センター

tel.72・2200(代) fax.72・4140(代)

武 武石地域自治センター

tel.85・2311(代) fax.85・2313(代)

池波文学散歩(群馬編)

- 講師 牧谷孝則氏(NPO法人ルーバンデザイン研究所理事長)、塚原吉政氏(砥石伊の会事務局長)
- 定員 先着30名
- 参加費 無料
- 申し込み 9月24日(火)～10月10日(木)に、電話、または直接左記窓口へ。

問 市都市計画課 TEL 23・5127

池波作品「剣の天地」の舞台となった箕輪城、平井城、上泉城、大胡城などを歩きます。

● 日時 10月9日(水)午前7時出発、午後6時解散(予定)

● 場所 群馬県

● 案内人 土屋郁子氏(池波正太郎真田太平記館指導員)

● 定員 先着28名

● 参加費 4000円程度(昼食・保険代など含む)

● 申し込み 10月1日(火)までに、電話で左記へ。

問 池波正太郎真田太平記館
TEL 28・7100

十三夜月見の会

秋の夜、月を愛でながら、月御膳・講演・朗読・横笛の献奏をお楽しみ

ください。

● 日時 10月17日(木)午後6時30分(開場6時)

● 場所 池波正太郎真田太平記館

● 内容 横笛献奏「月よせて」／あかる潤氏、朗読「大伏の別れ」／初鹿照子氏、講演「上田の年中行事」／益子輝之氏(池波正太郎真田太平記館顧問)

● 定員 先着35名

● 参加費 3500円(弁当代込み)

● 申し込み 9月26日(木)以降、電話で左記へ。

問 池波正太郎真田太平記館
TEL 28・7100

そばづくり教室 in ゆきむら夢工房

真田地域のそばを使い、収穫・そば打ち・そば切りの体験をしよう!!

● 日時 10月26日(土)午後1時～5時

● 場所 ゆきむら夢工房ほか

● 対象 市内の小学4～6年生(要保護者同伴)

● 定員 親子合わせて先着20名

● 参加費 500円

● 持ち物 長靴、作業ができる服装、エプロン

● 申し込み 10月1日(火)～18日(金)に、電話で左記へ。

問 上田市ものづくり・キャリア教育推進検討委員会事務局
(市商工課内) TEL 23・5395

きのこ狩り体験を 開催します

● 日時 10月5日(土)午前9時～午後1時30分

● 場所 ささらの湯駐車場集合(バスで会場へ移動)

● 内容 きのこ狩りと講師によるきのこの教室

● 定員 30名(応募多数時は抽選)

● 参加費 1500円

● 申し込み 9月26日(木)までに、はがきに住所、氏名、電話番号、同行者がいる場合はその方の氏名を記入し、郵送(〒386-18601 住所不要「森林整備課きのこ狩り体験係」宛)にて(当日消印有効)。

問 市森林整備課 TEL 23・5124

人権を考える市民のつどい いのち・愛、そして絆

一人ひとりの命と自由が守られ、幸せを求める権利が侵害されない社会づくりを目指しましょう。

● 日時 10月3日(木)午後1時30分

(開場1時)

● 場所 上田市民会館

● 内容 「上田市手をつなぐ育成会」から市民へのアピール／講演会「子どもの危機、この国の危機」／大人の再生と子どもの未来のために(柳田邦男氏・ノンフィクション作家・評論家)／人権啓発パネ

青少年育成市民のつどい

ママさんランナーを講師に迎え、家庭を持ち、子育てしながら走り続けるエネルギーの源や、今後の夢などをお話いただきます。

● 日時 10月10日(木)午後7時

● 場所 上田文化会館

● 演題 「私、ママさんランナーになりました。」／走り続けて見つけたもの

● 講師 嶋原清子氏(マラソンランナー)

● 対象 どなたでも(手話通訳・要約筆記あり)。

● 定員 500名

● 参加費 無料
問 中央公民館 TEL 22・0760



柳田邦男氏

ル・小中学生などによる人権啓発ポスターなどの展示
● 参加費 無料
問 生涯学習課 TEL 23・6370



嶋原清子氏

げんきまるこ
産業フェスタ2013

- 日時 10月5日(土)午前9時30分～午後4時／6日(日)午前9時～午後2時30分

●場所 丸子総合体育館

●内容 商工祭、ものづくり総合展、JAフェスティバル、木曾義仲挙兵武者行列(10月6日)

●問 げんきまるこ産業フェスタ実行委員会(上田市商工会内)
TEL 42・2213

介護予防体操

自宅のできる体操を実践・紹介します(参加費無料、申し込み不要)。

●期日／場所 10月3日(木)／高齢者福祉センター、10月15日(火)／丸子長瀬市民センター、10月18日(金)／敷合公民館(武石)、10月21日(月)／真田老人福祉センター

●時間 午前11時～正午

●持ち物 水分補給用飲料

●問 高齢者介護課
TEL 23・5140

史跡巡り

「上伊那方面を訪ねて」

●日時 10月13日(日)午前7時30分～午後6時

●場所 光前寺、竹村家住宅、駒ヶ

催し

根シルクミュージアム、かんてんばば北丘工場、飯島陣屋、仲仙寺、伊那市考古資料館

●対象 20歳以上の方

●定員 先着40名

●参加費 4000円

●持ち物 弁当、水分補給用飲料

●申し込み 9月22日(日)～10月10日(木)に、参加費を添えて、直接左記へ。

●問 市立博物館 TEL 22・1274

マリコ・ヴィンヤード
から海野宿を歩く

ワイン用葡萄の収穫を体験し、希望者はワインも試飲できます。ノルディックウォーキング後は温泉で汗も流せる、盛り沢山の企画です。

●日時 10月5日(土)午前7時30分～午後3時30分(予定)

●場所 塩川コミュニティセンター集合

●内容 狐塚ほたるの里、陣場台地ワイン用葡萄収穫体験、海野宿界隈散策、ゆうづる tanaka を巡ります(全行程8km)。

●定員 先着50名

●参加費 大人3000円、中学生以下1000円(当日徴収)

●持ち物 弁当、水分補給用飲料、雨具、お風呂セット。

※ノルディックウォーキング用ポールは無料で貸し出します。

●申し込み 9月24日(火)～10月4日

(金)に、電話で左記へ。

●問 オヤジ改造倶楽部(丸子総合体育館内) TEL 43・2250

まるこ

シルキーフォーラム2013

男性介護者問題などに触れながら、介護の本音や苦悩、自身の体験を通してお話いただきます。

●日時 10月22日(火)午後1時30分～3時30分

●場所 丸子文化会館

●演題 「いたわり合う社会へ」家族介護者から見てきたもの」

●講師 望月祐子氏(「シルバーパックスの会」副代表)

●参加費 無料

●申し込み 不要(託児希望者は、9月30日(月)までに、電話で左記へ)。

●問 丸市民生活課 TEL 42・1052

国際交流フェスティバル

2013 in Maruko

●日時 10月12日(土)午前10時～午後4時

●場所 丸子文化会館

●内容 ①国際交流団体による活動紹介コーナー、②体験コーナー(茶道体験、外国衣装試着、わたあめ作り、バルーンアート、銅板工作など)、③試食・交流会(午前11時

30分～午後1時。各国の料理や茶

菓子の試食)、④ステージ発表(午後1時～3時30分。日本や外国の伝統舞踊や楽器の演奏)など

●問 実行委員会事務局(丸子公民館)

TEL 42・3147

第11回

ささらの湯温泉祭

●日時 10月5日(土)午前11時～

●場所 室賀温泉ささらの湯

●内容 賞品付き温泉一周ウォーキング、お笑いプロレス、川西小学校合唱班および川辺小学校合唱班の合唱、第六中学校吹奏楽部の演奏、焼き鳥・生ビール・ジュースの販売、豚汁の無料提供。手打ちそばの販売(ささら亭)、秋の味覚収穫祭の開催(直売所)。

●問 室賀温泉ささらの湯
TEL 31・1126

市民総合体育大会
バスケットボールの部

●期日 11月16日(土)・17日(日)

●場所 自然運動公園総合体育館

●参加費 1チーム5000円

●申し込み 10月20日(日)までに、電話で左記へ。

●問 バスケットボール協会事務局(池内)

TEL 090・4915・3931

お知らせ

～千曲川 堤防補強工事のお知らせ～

千曲川河川事務所では今年度、下図のとおり市内各所で千曲川の堤防補強工事を実施します。工事中は交通規制など、ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

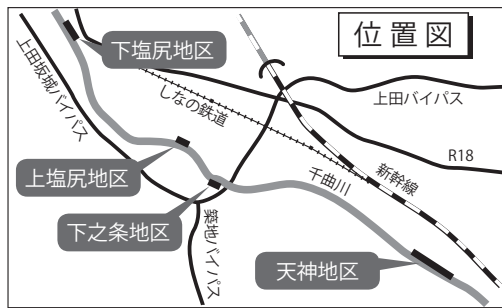
- 期間 8月中旬～平成26年3月下旬(予定)
- 場所 天神地区、下之条地区、上塩尻地区、下塩尻地区
- 内容 上塩尻地区の工事は、9月上旬～10月下旬の間、堤防道路が全面通行止めとなります。その他の地区の工事では交通規制はありません。

問 千曲川河川事務所戸倉出張所 TEL026・275・0133

市 土木課 TEL23・8242

●位置図

- ・下塩尻地区[右岸]
(堤防管理用盛土)
- ・上塩尻地区[右岸]
(巨石水制設置)
- ・下之条地区[左岸]
(大型ブロック張)
- ・天神地区[右岸]
(大型ブロック張・巨石水制設置)



暴力追放長野県民大会が開催されます

- 日時 10月8日(火)午後1時～3時30分
- 場所 上田市民会館
- 内容 暴力のない、安全で住みよい長野県の実現を目指して開催し、どなたでも参加できます。弁護士による暴力団事務所撤去運動の経験に基づいた講演を始め、午後1時からは、県警音楽隊による

問

コンサートも行います。
●基調講演 三井義廣氏(弁護士、静岡県弁護士会所属)
●その他 駐車場に限りがありますので、徒歩か乗り合わせでお越しください。
(公財)長野県暴力追放県民センター
TEL 026・235・2140

児童育成「夢カップ」バレーボール大会

児童の交流やバレーボールの普及を目的とした大会を開催します。

- 日時 11月24日(日)午前9時～
- 場所 上田城跡公園体育館
- 内容 小学生特別ルールによる6人制バレーボール
- 対象 原則、育成会・自治会単位の小学生チーム。混成チーム、男女混合チームも可
- 参加費 1チーム2000円
- 申し込み 10月1日(火)～11月7日(木)に、郵送(〒386-1324五加697-15 小福田洋宛)にて。FAXでの申込不可。

問

上田市バレーボール協会(麻生)
TEL 090・2219・0469

太郎山トレッキング

秋真っ盛りの山の風情を楽しみましょう！

- 日時 10月19日(土)午前9時集合(雨天中止)
- 場所 太郎山(現地集合・解散。詳細は後日連絡)
- 対象 どなたでも
- 定員 先着25名
- 参加費 500円(保険代含む)
- 持ち物 弁当、水分補給用飲料、雨具、防寒着、トレッキングにふさわしい服装

第49回農民美術新作展

長野県農民美術連合会に所属する作家が制作した新作を中心に展示します。今年のテーマは「箱」です。

◇展示

- 日時 10月5日(土)～14日(月・祝) 午前9時～午後4時30分(最終日は午後4時まで)
- 場所 山本鼎記念館
- 入場料 無料(2階展示室は有料)
- 木彫り体験教室
- 日時 10月12日(土)、13日(日)午前10時～正午(午前の部)、午後1時～3時(午後の部)※雨天中止

問

長野県農民美術連合会(中村)
TEL 42・2749



お知らせ

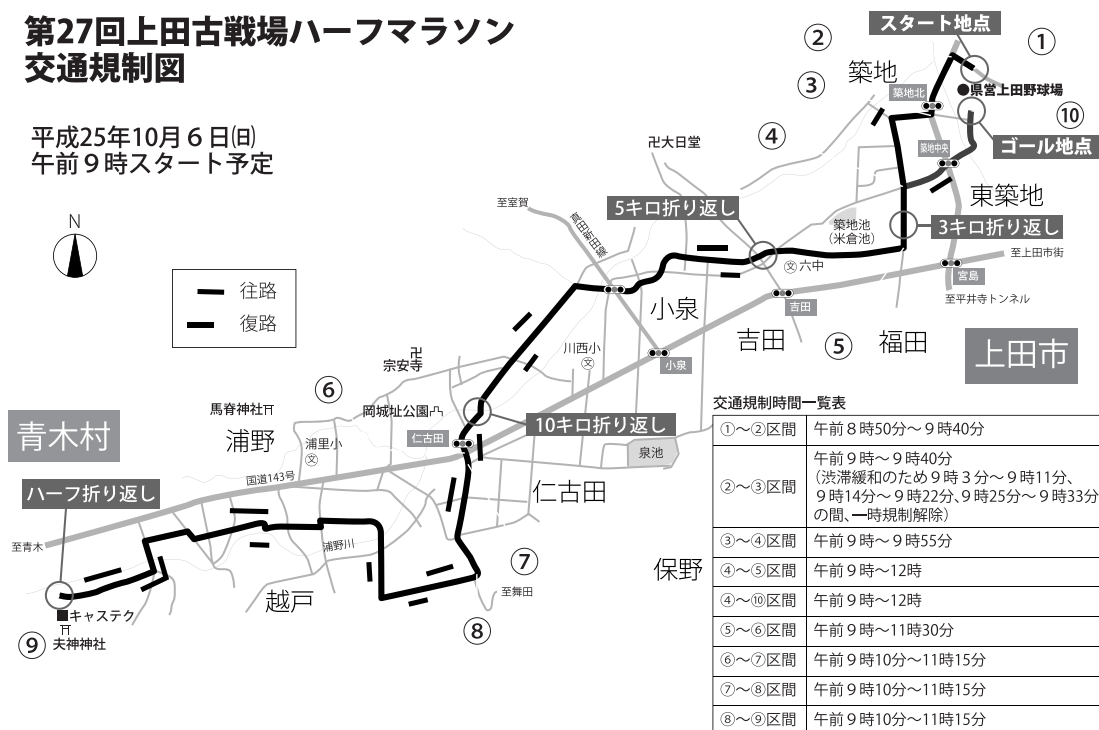
第27回上田古戦場ハーフマラソン開催に伴う交通規制のお知らせ

10月6日(日)午前9時に県営上田野球場前をスタートする今大会では、右図のように交通規制を実施します。

規制中は車両が交差点などでコースをまたぐことはできませんが、コース上を走行することはできません。ご迷惑をおかけしますがご協力をお願いします。

第27回上田古戦場ハーフマラソン交通規制図

平成25年10月6日(日)
午前9時スタート予定



問 上田古戦場ハーフマラソン実行委員会事務局 (〒スポーツ推進課内) TEL23・6372

第31回「全国親の会」
上田城下町大会

不登校やひきこもりなど子どもの問題に関心のある方、親のあり方を勉強したい方など、一緒に考えてみませんか。

日時 10月13日(日)午前10時30分～午後4時15分

場所 上田文化会館

内容 第一部/体験談と質疑応答
第二部/自律訓練法とグループ
ディスカッション

参加費 無料

申し込み 電話で左記へ。

問 NPO法人SEPPY倶楽部(千葉)
TEL03・3942・5006

認知症とつきあうために

認知症の正しい理解と予防方法を学びます。

日時 10月16日(水)午後6時30分～8時

場所 上田商工会議所

講師 宮下暢夫氏(医療法人三折堂宮下医院神経内科院長)

定員 60名程度

参加費 無料

申し込み 10月11日(金)までに、電話で左記へ。

問 上田商工会議所
TEL22・4500

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

茶灯会を開催します

庭園に約350本の灯籠とうろうを灯し、幻想的な雰囲気の下でお茶を楽しめます。

●日時 10月6日(日)午後6時～8時

●場所 武石ともしび博物館

●入館料 一般400円、(小中学生200円、65歳以上300円)

※市内在住の高校生以下は無料

問 武石ともしび博物館

TEL 85・2474



映画「福島 六ヶ所 未来への伝言」上映会

●期日 9月29日(日)

●場所 市民プラザ・ゆう

●時間 ①午後1時～2時45分、②午後3時30分～5時15分、③午後6時30分～8時15分

●参加費 前売券1000円、当日券1200円 ※高校生以下無料、ワンドリンク付き

●その他 六ヶ所村を撮り続けた島

田恵監督写真展も同時開催。

●申し込み 不要。ただし、①の上映会の託児(無料、1歳6か月児以上)のみ、9月24日(火)までに安井(TEL 27・3186)へ。

井(TEL 27・3186)へ。

問 蚕都くらぶ・まぐゆ(峰村)

TEL 080・5141・7905

講座・教室

地域学習講座「塩尻の今昔を知ろう！」vol.2

●日時 10月12日(土)午後2時～4時

●場所 塩尻地区公民館

●演題 「戦後を生き延びて」

●語り手 中島邦夫氏(秋和自治会長、蚕都くらぶ・まぐゆ世話人)

●助言者 小平千文氏(上田小県近現代史研究会会長)

●受講料 無料

●申し込み 不要

問 西部公民館 TEL 27・7544

人生を自由に 楽しく生きる食事法

私たちの心と身体からだは日々の食べ物によって作られ、食べる物を替えると身体や心・生活も変わります。玄米と野菜を中心にした食事法について講義します。

●日時 10月10日・24日、11月7日・21日の木曜日、午前10時～午後1時30分

●場所 市民プラザ・ゆう

●講師 藤形蕙子氏、坂口直樹氏(最終回のみ)(共に久司マクロビオティック認定講師)

●対象 市内在住・在勤の方

●定員 先着10名 ※託児は3か月児から受け付けます。

●受講料 1200円(別途材料費)

●申し込み 9月26日(木)以降、受講料を添えて左記へ。電話での仮予約可。

問 市民プラザ・ゆう

TEL 27・2988

まずは1曲！ 初心者ウクレレ講座

初心者・独学者対象の講座です。地元ハワイアンバンドの生演奏もあります。

●日時 10月17日・31日、11月14日・28日の木曜日、午後6時45分～8時15分(全4回)

●場所 塩田公民館

●対象 市内在住・在勤で、ウクレレを持参できる方

●講師 ハワイアンバンド「マウナトコ」メンバー

●定員 先着10名

●受講料 1200円

●申し込み 9月26日(木)以降、受講料を添えて左記へ。電話での仮予約可。

問 市民プラザ・ゆう

TEL 27・2988

カラダ元氣℃ 測定しませんか？

体組成計で筋肉や脂肪の付き方を調べ、体力測定で体の各種運動機能を確認します。

●日時 10月3日、11月7日、12月5日の木曜日、午後1時30分～3時30分、または、10月21日(月)、11月21日(木)、12月19日(木)の午前9時30分～11時30分のうち、いずれか1回参加。

●場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ

●対象 おおむね70歳以下の市民
●定員 毎回先着12名(申込多数時は、次回をご案内します)

●受講料 無料

●持ち物 運動着、室内用運動靴、水分補給用飲料

●申し込み 測定日の前日までに、電話で左記へ。

問 市健康推進課 TEL 28・7123

TPPで 医療はどうなるの？

TPPと身近な医療について、「さなかく講座」を開催します。

●日時 10月12日(土)午後1時30分～3時

●場所 市民プラザ・ゆう

●講師 市川英彦氏(鹿教湯病院名誉院長)

●受講料 無料

講座・教室

●申し込み 不要

問 市人権男女共同参画課
TEL 23・5245

音訳ボランティア 養成講座

上田図書館では、本を読むことが困難な方のために、録音図書を作成と貸出を行っています。この録音図書を作成する音訳ボランティアの基礎を学ぶ講座を開催します。

●日時 10月12日、11月9日、12月14日、平成26年1月11日、2月8日、3月8日の毎月第2土曜日、午前10時～正午

●場所 上田図書館ほか

●講師 岩崎信子氏(游話舎代表・元信越放送アナウンサー)

●定員 先着20名

●受講料 無料

●申し込み 9月25日(水)以降、電話または、直接左記へ。

問 上田図書館 TEL 22・0880

ソフトバレー(後期) 初心者向けスポーツ教室

●日時 10月28日以降の月曜日、午後7時～9時(全11回)

●場所 上田城跡公園体育館

●対象 市内在住・在勤の成人男女

●定員 先着30名

●受講料 2000円

●申し込み 9月25日(水)～10月18日

(金)に、所定の申込用紙で、スポーツ推進課、または上田城跡公園体育館、自然運動公園体育館、丸子総合体育館、真田・武石地域教育事務所へ。

問 市スポーツ推進課

TEL 23・6372

親子で楽しむ 初めてのチョークアート

特殊な塗料を塗った黒板に、消えない絵や文字を描きます。

●日時 10月27日、11月10日・24日の日曜日、午前10時～11時30分(1日のみの申し込み可)

●場所 市民プラザ・ゆう

●対象 小学生以上の児童とその保護者(市内在住・在勤)

●講師 小泉和喜子氏(チョークアート作家)

●定員 各回親子5組(先着順)

●受講料 1回300円(別途材料費)

●申し込み 9月26日(木)以降、受講料を添えて左記へ。電話での仮予約可。

問 市民プラザ・ゆう

TEL 27・2988

水中シェイプアップ講座

水中でウォーキングや、筋力トレーニング、ストレッチを行います。

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

お知らせ

あなたのまちへ 移動図書館車が巡回します

移動図書館車巡回日程表(10月～平成26年3月)

※駐停車場所・時間は、市ホームページをご覧ください。下記へ問い合わせください。

「やまびこ号」 問 上田地域／上田図書館 TEL22・0880 真田地域／真田図書館 TEL72・8080

コース (曜日)	中塩田・川辺 浦里 (水)	室賀・東塩田 富士山 (金)	真田地域 本原・菅平・長 (火)	神科・中塩田 西塩田・別所 (水)	塩尻・西部 新田 (金)	真田地域 本原・傍陽 (火)	豊殿・城下 川辺 (水)	川西・神川 (金)
巡回 日	10月2日	10月4日	10月8日	10月9日	10月11日	10月29日	10月16日	10月18日
	11月6日	11月8日	11月19日	11月13日	11月15日	11月26日	11月20日	11月22日
	12月4日	12月6日	12月3日	12月11日	12月13日	12月10日	12月18日	12月20日
	1月8日	1月10日	1月7日	1月15日	1月17日	1月28日	1月22日	1月24日
	2月5日	2月7日	2月4日	2月12日	2月14日	2月18日	2月19日	2月21日
	3月5日	3月7日	3月11日	3月12日	3月14日	3月18日	3月19日	3月28日

「あおぞら号」 問 丸子図書館 TEL42・2414

コース (曜日)	東内・西内 (火)	東内・西内保育園 三才山病院 ベルポートまるこ (水)	腰越・依田 (木)	中丸子 下丸子 長瀬 (火)	わかくさ幼稚園 依田・長瀬保育園 武石Aコース(水)	わかくさ幼稚園 依田・長瀬保育園 武石Bコース(水)	塩川・藤原田 依田茂沢 (木)
巡回 日	10月8日・22日	10月9日・23日	10月10日・24日	10月1日・15日・29日	10月2日・30日	10月16日	10月3日・17日・31日
	11月5日・19日	11月6日・20日	11月7日・21日	11月12日・26日	11月27日	11月13日	11月14日・28日
	12月3日・17日	12月4日・18日	12月5日・19日	12月10日・24日	12月11日	12月25日	12月12日・26日
	1月7日・21日	1月8日・22日	1月9日・23日	1月14日・28日	1月15日	1月29日	1月16日・30日
	2月4日・18日	2月5日・19日	2月6日・20日	2月11日・25日	2月12日	2月26日	2月13日・27日
	3月4日・18日	3月5日・19日	3月6日・20日	3月11日・25日	3月12日	3月26日	3月13日・27日

問

神川地区公民館
TEL 25・1682

**秋の野菜で
おやきを作ろう(託児付)**

●日時 10月18日(金)午前10時～午後1時

●場所 神川地区公民館

●対象 どなたでも

●定員 先着15名

●受講料 800円

●持ち物 エプロン、バンダナ

●申し込み 10月2日(水)～11日(金)の午前9時～午後4時に、電話で左記へ。

問

健康推進課 TEL 28・7123

水中では浮力が働き、膝や腰に負担をかけず全身を大きく動かせます。

●日時 10月26日～平成26年2月22日の土曜日、午前10時～正午(全16回)

●場所 アクアプラザ上田(初回のみ、ひとまちげんき・健康プラザうへだ)

●対象 30歳以上64歳未満の市民で、次のいずれかに該当する方①BMI 25以上の方、または腹囲男性85cm、女性90cm以上の方、②特定健診受診者のうち、保健指導が必要な方

●定員 25名(応募多数時は抽選)

●受講料 1000円(初回に徴収)

●申し込み 10月9日(水)までに、電話で左記へ。

募集

市民プラザ・ゆう 育成グループ募集

市民プラザ・ゆうの主催講座で卒業した人たちが学んでいる講座です。
一緒に活動する仲間を募集します。

番号	グループ名	内 容	活動日	時間
1	火曜会	毛筆習字(漢字)	第1・3火曜日	18:00～20:00
2	桂墨会	毛筆習字(かな・漢字)	第2・4水曜日	13:00～15:00
3	きさらぎの会		第2・4水曜日	14:30～16:30
4	花曜会	生花(草月流)	第2・4木曜日	18:00～20:00
5	あすなろ	フラワーアレンジメント	第1火曜日	13:00～16:00
6	かすみ草会		第2木曜日	19:00～20:30
7	おもと会	木目込み人形	第1・3土曜日	13:30～16:30
8	すずらん	パッチワーク (小物・タペストリー他)	第1・3木曜日	14:00～16:00
9	ラベンダー	パッチワーク (小物、バック他)	第2・4金曜日	9:00～11:30
10	シクラメン		第1・3水曜日	9:30～11:30
11	ひなぎく		第1月曜日	9:30～11:30
12	木曜会	茶道(裏千家)	第2・4木曜日	12:30～17:00
13	みどり会		第2・4木曜日	17:00～20:30
14	結の会	茶道(表千家)	第1・3・4火曜日	17:00～21:00
15	オニオンリング	日常英会話(初心者向け)	第1・2・3水曜日	14:15～15:45
16	木彫りの会	木彫り(農民美術)	第1・3火曜日	18:00～20:00
17	つばきの会		第2・4火曜日	9:30～11:30
18	ヴァッサ絵グループ	透明水彩画	第1・3火曜日	13:30～15:30
19	遊彩彩		第1・3金曜日	13:30～16:00
20	りんごの会	絵手紙	第3土曜日	13:30～16:00
21	りんどうの会	ガーデニング	第1月曜日	13:30～15:30
22	太極拳グループ水曜会	太極拳	第2・4水曜日	18:15～20:30
23	太極拳月曜会		第1・3月曜日	10:00～11:30
24	太極拳2002		第2・4月曜日	19:00～20:30
25	さくらの会	ヨ ガ	第2・4月曜日	13:30～15:00
26	五月の会		第1・3木曜日	19:00～20:30
27	吹き矢同好会	スポーツ吹き矢	第2・4水曜日	9:30～12:00
28	ばら	きもの着装とマナー	第1水曜日	19:00～21:00
29	こすもす(秋桜)		第1月曜日	19:00～21:00
30	あさがお		第2月曜日	19:00～21:00

募集

問 市民プラザ・ゆう TEL27・2988

市 上田市役所

tel.22・4100(代) fax.25・4100(代)

丸 丸子地域自治センター

tel.42・3100(代) fax.43・3666(代)

真 真田地域自治センター

tel.72・2200(代) fax.72・4140(代)

武 武石地域自治センター

tel.85・2311(代) fax.85・2313(代)

精神障がい者 家族教室のお知らせ

精神障がいの方を支える家族のための教室です。

●日時 9月25日(水)午後1時30分～3時30分

●場所 ひとまちげんき・健康プラザうへだ

●演題 「統合失調症のいろは」再発サインと家族の経験から」

●講師 諸山絃氏(千曲荘病院作業療法士)

●対象 精神障がい者の家族

●受講料 無料

●申し込み 不要

問 地域活動支援センターやすらぎ
TEL 25・2000

観光ガイド講習会 受講者募集

市のみどころや歴史、豆知識などを案内する観光ガイド養成講習会です。最終日には合同面接会(就職相談会)を開催します。

●日時 10月15日(火)～29日(火)のうち10日間

●内容 上田城跡公園、別所温泉、塩田平、真田地域・真田氏など

●対象 ハローワークで求職登録をされている55歳以上の方で、全日程を受講できる方。上田、真田、塩田、別所温泉の観光に興味のある方

募集

合気道教室(後期) 受講者を募集

●定員 15名(応募者多数時は抽選)
●受講料 無料
●申し込み 9月27日(金)までに、ハローワーク上田、または左記へ。
問 上田地域シルバー人材センター
TEL 23・6002

●日時 10月1日～12月14日の火曜日・土曜日、午後6時30分～8時30分(全17回。途中からの参加も可。9月28日(土)の同時時間の練習の見学可)

●場所 上田城跡公園体育館

●対象 市内在住・在勤の成人男女
●受講料 3000円(途中参加者も同額)

●申し込み 毎週火曜日・土曜日の午後7時～8時30分に柔道場で、または電話で左記へ(期間中随時受付可)。
問 上田合気道協会事務局(清水)
TEL 72・4771

男女共同参画推進事業者 募集

男女共同参画の推進に、積極的に取り組んでいる事業者を表彰します。自薦、他薦は問いません。振るって応募ください。

●対象 次のいずれかに該当する市内の事業者(事業活動を行う法人、非営利団体および自治会、PTA、各種団体など)。
①女性の能力活用や職域拡大のための積極的な取組を行っている事業者。
②家庭生活と仕事、その他の活動を両立支援するための独自の取組を行っている事業者。
③その他、男女が共同して参画できる環境づくりに積極的に取組んでいる事業者

●応募方法 12月6日(金)までに、所定の応募用紙に必要事項を記入の上、左記へ。応募用紙も、左記へ請求してください。
問 市人権男女共同参画課
TEL 23・5245

中国・寧波市訪問 参加者募集

上田市と友好交流提携を結んでいる寧波市への訪問の参加者を募集します。

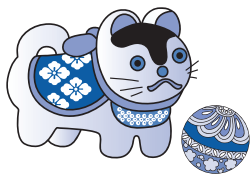
●期日 10月22日(火)～27日(日)
●訪問都市 寧波市、北京市、承德市

●参加費 電話で問い合わせください。

●募集定員 若干名

●申し込み 9月30日(月)までに、電話で左記へ。

問 上田日中友好協会(池上)
TEL 25・3360



文芸

選者詠
素直なる首筋みせて少年のおもひに夏の三度の黙禱
〔評〕病気の歌が多いのですが、ご自身にとっては切実な歌の題材です、多いに詠みましょう。一首目には少し癒えてきた方の安堵と余裕が感じられます。〕

入選 短歌 小宮山 久子 選
うっすらと明けゆく病室にどこことなく「ふるさと」流れ
吾もハミングす 本原 小田中澄枝
庭隅に植えし胡瓜の細き苗けさ初採りの二本が光る
水張り田三枚のみとなりし峡蛙の声さへ耳澄まし聴く 神科新屋 田島喜志子
佳作
欲しきもの多く望まぬ術後の身 ひまわり、シヨパン、
シャガール、ピアノソラ 上堀 工藤じゅん
働らいていたからこそなつかしき古き旅行の写真をめくる
亡き父母の命を生きて今樂し彼方の岸と歌詠みかわさん 長瀬 小林 国男
障害を授かり貧困賜わりて葉書一枚に託す我が夢 中野 本木せつ子
城北 山崎 深幸

行政チャンネル

上田市行政チャンネル

行政チャンネルを
ご覧ください

上田ケーブルビジョンCATV009
丸子テレビ放送CA103

問 市 広報情報課 TEL71・8080

行政チャンネルでは、市政の重要課題や、市民生活に密着した情報などを分かりやすくお伝えするための番組を放送しています。

【ようこそ市長室へ】毎月テーマを替え、市長が直接市政の重要課題などについてお話しする「ようこそ市長室へ」は、毎月第1月曜日から1週間放送します。

番組はインターネットからもご覧いただけます。
<http://www.youtube.com/user/cityuedakoho>



二次元コード



メール配信

緊急情報は
メール配信で

Eメール
mail_reg@www.city.ueda.nagano.jp
問 市 広報情報課 TEL71・8080

災害や安全・安心に関する情報をいつでも、どこでも、あなたのケータイにお届けします。登録は、右上のアドレスに空メールを送るか、右の二次元コードを利用ください。



登録用
二次元コード

イベント・ナビ
EVENT NAVI

10月の行事予定

期日	行 事	問い合わせ先
6日	木曾義仲拳兵武者行列	地域振興課 TEL42・1011
6日	茶灯会	武石ともしび博物館 TEL85・2474
14日	木曾義仲史跡探訪 健康ウォーキング	地域振興課 TEL42・1011
14日	第11回 別所線沿線写真撮影会	地域交通政策課 TEL23・5011
19日	うえだ環境フェア	生活環境課 TEL22・4140
22日	まるこシルキー フォーラム2013	市民生活課 TEL42・1052
26日	第12回 真田幸村ロマンウォーク (・27日)	真田幸村ロマン ウォーク実行委員会 (市観光課内) TEL23・5408
27日	第24回 ともしびの里駅伝大会	ともしびの里駅伝 大会実行委員会 TEL85・2030

入選 俳句 島田 洋子 選
人を食べし蟹の話や沖縄忌
もう一人の自分に問うて草を取る
追いかけて水筒持たず炎暑かな
佳作
屈託を腹に納めて昼寝とす
子蟬 蟬かま振りかざし転げ落つ
包丁めく若者言葉青葉道
ピアス飛び耳たぶに傷夏盛り
削氷の小旗掲ぐる宿場町
筍の皮に包丁紛れけり
白玉の浮きてつるんと逃げられし
片陰に頭入らず列進む
大の字に寝て風涼し青畳
選者吟
参み出し清水に蝶の集まり来
〔評〕一句目 沖縄戦争の悲惨な状況が語り継がれる中、人の遺体を蟹が食べたという話を聞いたという。心痛む無残な戦争、遺骨収集も今だ終わらない。〕

11月号の投稿方法 ○未発表作に限り種類ごと別々ののはがきで裏面に住所、氏名、自治会名、短歌・俳句・川柳の別を記入のうえ上田市教育委員会まで。○添削を希望する場合は、往復はがきにご自分のあて先を記載のうえ、投稿してください(短歌については2首まで。掲載作への返信は除きます)。○掲載作については、選者が添削して掲載する場合もあります。
◆住所 〒386-10025 天神2-4-74 ◆締め切り 9月30日(月)必着 問 市 教育総務課 TEL23・5100

中之条 高橋今朝夫
下之条 千花 梨
北常田 松沢 昭一
浦野南地 羽生田めぐ美
福田 田中優美子
小泉 大井 敬子
上堀 工藤じゅん
大屋 矢島 茂雄
保野 清水ゆき子
みずさ南 青木 澄江
須屋 網島ツナエ
川手塚喜代子
入選 川柳 齊藤 俊 選
抱きしめて握り拳を開かせる
返事良し聞こえぬ母のえびす顔
欠点を隠す笑顔がどこにない
佳作
ど忘れを見つめる眼鏡欲しくなり
肩書きを脱いでひらける別世界
迷いつつその場凌ぎの肩を持ち
満ち足りた日々に不足と欲をかき
保護色を嫌う思春期主張する
整理する手が想い出へ立ち止まり
気掛かりを済ませてうまい深呼吸
仰ぎ見る空の青さに夢広げ
趣味幾多幸せの海泳いでる
選者吟
ライバルの背中を越えた底力
〔評〕一句目 温かい母親の姿、子の心情をしっかりと受けとめ絆してやる、私は読み返すうちに、この様なお母さんから素直な子が育つんだと確信しました。〕

10月の 乳幼児健診・教室

会場
上田 ひとまちげんき・健康プラザうえだ
川西 川西地域自治センター(川西公民館)
真田 真田保健センター

塩田 塩田公民館
丸子 丸子保健センター
武石 武石健康センター

携帯版保健ごよみ



持ち物
 母子健康手帳、該当する健康診査票。
 ※各健診・教室の持ち物は、保健ごよみをご覧ください。

◆上田地域にお住まいの方 健康推進課 TEL23・8244

項目	対象者	実施日	会場	受付
健診	4か月児	25年5月16～31日生	18日(金)	12:30～13:45
		25年6月1～15日生	24日(木)	
	1歳6か月児	塩田・川西・川辺・泉田の25年5月生	8日(火)	
		24年3月16～31日生	9日(水)	
	2歳児歯科	24年4月1～15日生	30日(水)	
		23年7月1～15日生	1日(火)	
教室	3歳児	23年7月16～31日生	22日(火)	12:30～13:15
		23年7・8月生	29日(火)	
	7か月児	22年9月1～15日生	4日(金)	
		22年9月16～30日生	25日(金)	
	おたんじょう	22年8・9月生	11日(金)	
		25年2月16～28日生	3日(木)	

市内委託医療機関(個別)

項目	対象者	実施日
健診	10か月児	24年11月16日～12月15日生
		10月受診/完全予約制

◆丸子地域にお住まいの方 丸子保健センター TEL42・1117

項目	対象者	実施日	会場	受付
健診	4か月児	25年5月7日～6月12日生	11日(金)	12:30～13:15
	10か月児	24年12月生	25日(金)	
	1歳6か月児	24年3月生	8日(火)	
	2歳児歯科	23年9月1日～10月15日生	15日(火)	
教室	7か月児	25年3・4月生	29日(火)	9:45～10:00

◆真田地域にお住まいの方 真田保健センター TEL72・9007

項目	対象者	実施日	会場	受付
健診	4か月児	25年5・6月生	3日(木)	13:00～13:15
	2歳児歯科	23年8～10月生	31日(木)	
教室	7か月児	25年3月生	17日(木)	9:50～10:00

◆武石地域にお住まいの方 武石健康センター TEL85・2067

項目	対象者	実施日	会場	受付
健診	4か月児	25年5月7日～6月12日生	11日(金)	12:30～13:15
教室	おたんじょう	24年9～11月生	28日(月)	9:30～9:40



◎平日夜間や休日緊急医のお問い合わせ◎

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

マルチメディア情報センター

TEL39・1000 URL <http://www.umic.jp/>

2013メディアランドUEDA秋まつり

- 日時** 10月5日(土)・6日(日)10:00～16:00
- 内容** 工作教室、ペーパークラフト、野外料理、ゲーム、こども上映会、上田地域こどもCGコンクール作品づくり他
- 料金** 無料(一部有料)

Word初心者講座2日間コース[Word2013使用]

Wordの最新バージョンを使った初心者向け講座です。

- 日時** 10月22日(火)・29日(火)13:30～16:00
- 対象** 文字入力のできる方
- 定員** 先着20名(最小催行人数5名)
- 参加費** 2,500円(別途テキスト代1,260円)
- 申し込み** 10月1日(火)～21日(月)に、電話で。

上田まんがクラブ参加者募集(平成25年度後期)

マンガの描き方を勉強するクラブです。

◇子ども向けクラス(全12回)

- 日時** 10月13日(日)～平成26年3月の毎月2回、日曜日または祝日の10:00～12:00
第2回は10月27日(日)を予定
- 場所** 上田情報ライブラリー※
※第10～12回はマルチメディア情報センター
- 講師** 山上紗織氏(イラストレーター)
- 対象** 小学4年生～高校生
- 定員** 20名(申込多数時は抽選)
- 参加費** 6,000円(全12回分)

◇大人向けクラス(全6回)

- 日時** 10月13日(日)～平成26年3月の毎月1回、日曜日または祝日の13:00～16:00
第2回は11月17日(日)を予定

- 場所** マルチメディア情報センター
- 講師** 小西あゆみ氏(イラストレーター)
- 対象** 18歳以上の方
- 定員** 10名(申込多数時は抽選)
- 参加費** 3,000円(全6回分)

◇共通事項

- 内容** マンガの描き方の学習(道具の使い方、キャラクターの描き方、ストーリーの作り方、デジタル彩色、同人誌制作など)
- 申し込み** 10月7日(月)までに、氏名・性別・住所・電話番号・希望するクラス(子ども向けクラスのみ学校・学年・保護者の名前と印鑑)を明記の上、郵便またはFAXでマルチメディア情報センターへ(必着)。
〒386-1211 下之郷812-1 FAX39・1010
- その他** 完成作品は、同人誌に収録して配布するほか、まんがクラブのホームページに掲載します。
(本名などの個人情報は除く)

ICTジュニア参加者募集

(上田パソコンクラブ/平成25年度後期)

プログラムで動かすマイコンカー、3DSでダンジョンゲームのプログラムを作ります。

- 日時** 10月26日、11月16日、12月7日、平成26年1月18日、2月15日、3月8日の土曜日
13:00～16:00(全6回)
- 内容** マイコンカーを走らせてみよう(第1～2回)
3DSでダンジョンゲームを作ろう(第3～6回)
- 対象** 小学4年生～高校生
- 定員** 20名(申込多数時は抽選)
- 参加費** 3,000円(全6回分)
- 申し込み** 10月21日(月)までに、氏名・性別・住所・電話番号・学校・学年・保護者氏名を記入、押印の上、郵便またはFAXで、マルチメディア情報センターへ(必着)。

第1回上田地域こどもCGコンクール作品募集

- 応募資格** 上田地域の小中学校の児童・生徒
- 応募作品** コンピュータで描いた静止画、動画
- テーマ** 自由
- 応募方法** 10月31日(木)までに、作品をCD-R、DVD-R、DVDビデオ、または電子メール(kodomocg@umic.jp)に添付し、住所、氏名、電話番号、学校、学年、作品タイトルと共に送付。詳細は下のURLを参照。
- 結果発表** 12月1日(日)
- 作品表彰** 最優秀賞(副賞:図書カード1万円分)、優秀賞(副賞:図書カード5千円分)、入賞(副賞:図書カード3千円分)
- 参加費** 応募者全員に参加賞を差し上げます。
- 作品づくりコーナー**

2013メディアランドUEDA秋まつり(10月5日(土)・6日(日))に、応募作品を制作できるコーナーがあります。

問 マルチメディア情報センター TEL39・1000 URL <http://www.umic.jp/kodomocg/>

上田情報ライブラリー

TEL29・0210

幼児と楽しむ ことばと遊ぶおはなしの会

表現を楽しむ会の皆さんによるお話しの会です。

- 日 時** 10月6日(日)11:30～12:00(開場11:15)
- 内 容** 絵本「どんどこどん」、紙芝居、パネルシアター他
- 対 象** 幼児とその保護者
- 参加費** 無料
- 申し込み** 不要

ビジネスコース仕事の基本セミナー

起業家、就活生、企業の“考えるエンジン”を持つ人材育成を目指した仕事の基本を学ぶ参加体験型研修です。

- 日 時** 10月18日(金)18:30～20:00
- テーマ** 利益の出し方を知る(付加価値を稼ぎ出す方法)
「品質保証体制はプロセスで説明する」
～不良を作らないしくみを作り～
- 対 象** 起業を目指す人、就職活動している人、企業の若手・中堅社員～経営者、自己啓発したい人
- 定 員** 先着12名
- 参加費** 500円(資料代)
- 申し込み** 9月23日(月・祝)以降、電話で。

地域史料から学ぶ上田地方の近世・近代史

貴重な地域史料を読み解きます。

- 日 時** 10月19日(土)13:30～15:30
- 内 容** 蚕都信州の歴史—原町問屋日記から探る—
日本初の生糸輸出は上田から
- 講 師** 阿部勇氏(上田歴史研究会会長)
- 定 員** 先着30名
- 参加費** 800円
- 申し込み** 9月16日(月・祝)以降、電話で。

図書館員とそのたまごたちによるおはなし会

図書館のカードを持ってお出かけください。

- 日 時** 10月20日(日)11:00～11:30
- 内 容** 当日のお楽しみ
- 対 象** 幼児とその保護者
- 参加費** 無料
- 申し込み** 不要

宮本佳奈サックスコンサート「Pops meets Jazz」

お馴染みのポップスのメロディをジャズのリズムに乗せてお贈りします。

- 日 時** 10月26日(土)18:45開演(受付18:15～)
- 出 演** 宮本佳奈氏(サックス)
新井邦明氏(キーボード)
藤巻良康氏(ベース)

上田情報ライブラリーの続き

- 内 容** 「Sweet Memories」、「Saving all my love for you」、「秋桜」ほか
- 定 員** 70名
- 参加費** 一般(前売り1,000円、当日1,200円)、高校生以下無料(要申し込み)
- 申し込み** 9月23日(月・祝)以降、電話で。

Edoワールドへようこそ！城下町上田見聞録

江戸時代の城下町上田のありさまを絵図や道中記によって明らかにしていきます。

- 日 時** 10月30日(水)13:30～15:00
- 演 題** 上田城下町絵図あれこれ
- 講 師** 尾崎行也氏(上田社会教育大学講師)
- 定 員** 先着30名
- 参加費** 無料
- 申し込み** 9月26日(木)以降、電話で。

エコ・ハウス

TEL23・5144

エコ・ハウスで古着を回収します

- 日 時** 10月4日(金)10:00～12:00
- 出し方** 中身が見える透明なビニール袋に入れて出してください。

エコ・ハウスの修理工房「包丁研ぎ」

- 日 時** 毎週水曜日13:00～15:00
- 数 量** 一人1回1本限り(1日10本で終了)

エコ・ハウスの「わくわく講座」

不用なものがリサイクル・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。

◇布ぞうりづくり(2回コース)

- 日 時** 10月15日(火)・22日(火)10:00～15:00
- 定 員** 先着10名
- 持ち物** ゆかたなど木綿の布(5～6cm幅に裂いたもの)、ものさし(30cm)、はさみ、弁当
- 参加費** 1回130円

◇着物地からポシェットづくり

- 日 時** 10月17日(木)10:00～15:00
- 定 員** 先着8名
- 持ち物** 着物(ほどこいて)、裁縫道具、型紙用紙、弁当
- 参加費** 200円(別途材料費100円)

◇共通事項

- 申し込み** 10月1日(火)以降、電話で。

生活環境課 TEL22・4140

市民相談・交通事故相談・多重債務相談

毎週月～金曜日9:00～16:00 市役所本庁舎

法律相談(要予約)

11日(金)・25日(金)13:00～16:00 市役所南庁舎

行政相談(くらしの困りごと相談)

8日(火)10:00～15:00 市役所南庁舎

土地境界問題・登記法律相談・不動産鑑定相談

10日(木)13:00～16:00 市役所南庁舎

行政相談／登記・法律相談(要予約)

16日(水)9:00～12:00 丸子地域自治センター

市民生活課 TEL42・1216

人権男女共同参画課 TEL23・5393

人権擁護委員による人権・悩みごと相談

24日(木)13:00～16:00 上田情報ライブラリー

8日(火)・18日(金)9:00～12:00 丸子ふれあいステーション

5日(土)9:00～12:00 真田総合福祉センター

15日(火)9:00～12:00 武石地域自治センター

毎週月・水・金曜日(祝日除く)9:00～16:00

長野県方法務局上田支局 TEL23・2001

市民プラザ・ゆう TEL27・2988

女性相談員によるなんでも相談

市民プラザ・ゆう

毎週火曜日11:00～18:00 (面接相談希望の方は)

毎週木曜日10:00～17:00 (ご予約ください)

第2・4土曜日10:00～17:00(要予約)

女性弁護士による法律相談(要予約、一人30分)

24日(木)10:00～12:00

健康推進課 TEL23・8244

こころの相談(要予約／期日は相談のうえ決定)

ひとまちげんき・健康プラザうえだ

ひきこもり相談(前日までに要予約)

15日(火)・28日(月)14:00～16:00

ひとまちげんき・健康プラザうえだ

上田商工会議所 TEL22・4500

法律相談(要予約) 16日(水)13:30～15:00 上田商工会議所

高齢者介護課 TEL23・5140

もの忘れ・認知症相談(要予約)※時間はいずれも13:30～17:00

8日(火) 市役所南庁舎

15日(火) 丸子ふれあいステーション

22日(火) 真田地域自治センター

少年育成センター TEL22・8080

青少年電話相談 毎週月～金曜日9:00～16:00

ひとり親家庭・児童相談

子育て・子育て支援課 TEL23・2000

発達相談(要予約)

発達相談センター TEL24・7801

児童生徒の教育相談

教育相談所 TEL27・0241

毎週月～金曜日9:00～16:00

ひとまちげんき・健康プラザうえだ

上田情報ライブラリー TEL29・0210

中小企業診断士による無料経営相談

自然エネルギー活用・省エネの進め方相談

(要予約／期日は相談のうえ決定) 上田情報ライブラリー

若者サポートステーション・シナノ TEL75・2383

わが子の就職等相談会(要予約)

毎週月曜日13:30～16:30

若者のための仕事何でも相談(要予約)

毎週月・木・金曜日13:30～16:30

ご意見をお寄せください

「広報うえだ」へのご意見・ご要望などをお寄せください。

▶郵送 〒386-8601 住所不要 広報情報課宛

▶TEL 71・8080 ▶FAX 23・5241

▶Eメール koho@city.ueda.nagano.jp

(8月22日現在の登録状況)

不用品交換情報

(取り引きは無料です)

問 エコ・ハウス TEL23・5144(受付時間／月～金曜日10:00～16:00)

●ゆずります

三輪車(女児用)／スキーウェア(男児用・140cm)／ビデオデッキ(VHS)／コタツ板／折りたたみテーブル(105×75cm)／柔道着(180cm)／味噌桶(プラスチック製)／味噌樽(木製)／掛け布団／犬小屋(中型犬用)／ハンダごて／テスター／雛人形(7段飾り)／大正琴／ワープロ／ベッド(大人用マットレス付)／スキー用具一式(男児用・小学4～6年生)

●ゆずってください

チャイルドシート／ベビーベッド／竹馬／一輪車／自転車用チャイルドシート／扇風機／冷蔵庫／電動石臼／掃除機／自転車／ガステーブル(都市ガス用)／本棚(90×150cm)／足踏ミシン／車椅子／石臼／爆音機／人体(洋裁用)／薪／教科書(中学・高校五教科)／樽(4斗)／ビデオカメラ／グランドピアノ／ベビーゲート

●注意 不用品の紹介は1回につき1件までです。また、取り引きは無料で、ゆずりたい方と、ゆずってほしい方双方の責任で行っていただきます。詳しくは、エコ・ハウスに問い合わせください。

ウィークエンドリサイクル

時間 10:00～12:00

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・ツルヤ上田原店

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

この印刷物はグリーン購入法の基準を満たす紙を使用しています。