

CONTENTS

- 1 上田市では、レジ袋削減を推進しています
- 2 平成23年度決算分の上田市の財務諸表を公表します
- 3 総合型地域スポーツクラブで体を動かそう!!
- 4 情報ア・ラ・カルト
- 14 平成24年文芸欄年間優秀作品表彰式、文芸
- 15 4月の乳幼児健診・教室
- 16 行政チャンネル番組表、イベント・ナビ、施設イベント
- 18 狂犬病予防注射を必ず受けましょう!
- 20 4月の相談コーナー、不用品交換情報

U E D A I N F O R M A T I O N P A P E R

買物にはマイバッグを持参し不要なレジ袋はもらわないようにしましょう!

上田市では、レジ袋削減を推進しています ～美しい信州の環境を次世代に引き継ぎたい～

平成24年9月、長野県から、豊かな自然環境を守り地球の温暖化を防止するため、「レジ袋無料配布中止」について県民の理解と事業者の参加と協力を求める提唱があり、今年6月から、食品スーパーを中心に本県全域で実施されます。

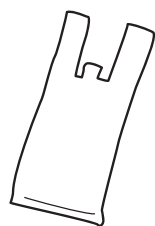
レジ袋は、軽い、薄い、丈夫、水を通しにくいことなどから、食品包装などに広く使われ、便利な日常品として私たちの生活に溶け込んでいます。長野県では、1年間におよそ2億6,000万枚(マイバッグ持参率50%で試算)のレジ袋が使用されています。

持ち帰ったレジ袋は、そのままごみとして捨てられたり、ごみを包む内袋として使用したりするなど、最終的にはほとんどが捨てられています。こうしたレジ袋の大量消費には、ごみの増加、石油資源の枯渇、CO₂(二酸化炭素)の排出、自然界への影響など、様々な問題があります。

今、私たちに必要なことは、一人ひとりが環境に配慮した行動を心がけ、ごみを出さない生活スタイルへの転換を図ることです。今まで何気なくもらっていたレジ袋を断り、マイバッグなどを使うことは、その第一歩となります。

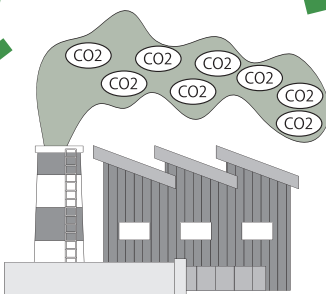
レジ袋の削減枚数

長野県全体で1年間に使用されるレジ袋の枚数は、約2億6,000万枚で、皆さんがマイバッグを持つようになれば、約2億800万枚減らすことができます。
(マイバッグ持参率50%→90%で試算)



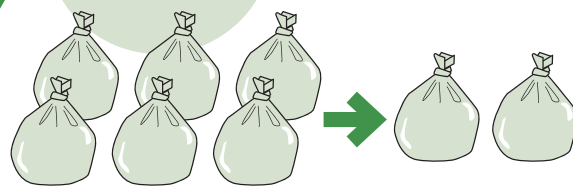
・CO₂(二酸化炭素)に換算すると…

レジ袋が2億800万枚減るとCO₂が1万2,688t削減(レジ袋1枚あたり61g)され、2,307世帯分の年間排出量に相当します。



・ゴミに換算すると…

レジ袋が2億800万枚減ると、ごみ1,664tの減量に(レジ袋1枚当たり8g)なり、それは2,774世帯分の年間ごみ排出量に相当します。



・石油に換算すると…

レジ袋が2億800万枚減ると原油3,806klの節約になり、200ℓのドラム缶で積み上げると、1万9,032個分(富士山の4.5倍)の高さに相当します。

レジ袋1枚あたり原油おちよこ一杯分使用(18.3ml)



地球温暖化の影響が県内でも現れている今、豊かな自然環境を自分たちの子どもたちや孫の世代に引き継ぐため、一人ひとりが環境に配慮した行動を心がけ、ごみやCO₂を出さない生活スタイルへの転換を図る必要があります。

平成23年度決算分の上田市の財務諸表を公表します

～新地方公会計制度に対応した財務諸表～

図 財政課 TEL23・5113

市では、資産や負債、費用をより正確に包括的に把握するため、平成20年度決算分から企業会計的な手法を取り入れた4つの財務諸表(貸借対照表、行政コスト計算書、純資産変動計算書、資金収支計算書)を作成しています。

市として行政サービスを実施している一般会計、特別会計に広域連合・公社などの関係団体を加えた連結ベースでの、平成23年度決算分の財務諸表の概要をお知らせします。

連結貸借対照表バランスシート(平成24年3月31日現在)

■学校や道路などの行政サービスを行うために保有している資産と、その資産を整備するために使われてきた資金や借入金などのくらいあるかを表しています。

市民一人あたりの金額にすると

資産	負債
320万円	111万円
	純資産
	209万円

家計にたとえてみると、住宅や車、定期預金や現金などの資産は320万円、資産を取得するため既に支払いが済んでいる純資産は209万円、住宅ローンなどの借入残高は111万円となっています。

資 産	H23	前年度比較	負 債	H23	前年度比較
【これまでに形成された資産】	5,084億円	△3億円	【将来世代の負担】	1,766億円	△32億円
公共資産 (学校、道路、公園など)	4,639億円	△22億円	地方債	1,535億円	△31億円
投資等(基金、出資金など)	213億円	11億円	退職手当・賞与引当金	168億円	2億円
流動資産(現金など)	232億円	8億円	その他(未払金など)	63億円	△3億円
→(うち資金)	(217億円)	(11億円)	純資産 【現在までの世代の負担】	3,318億円	29億円
資産合計	5,084億円	△3億円	負債および 純資産合計	5,084億円	△3億円

連結行政コスト計算書(平成23年4月1日～平成24年3月31日)

■1年間の行政サービスにかかったコストと財源を表しています。

経常行政コストのうち、介護保険、国民健康保険などの社会保障給付にかかるコストが最も多くなっています。市の施設を利用したときの使用料や住民票などの発行手数料、国民健康保険料など、行政サービスで受益者が負担した額(経常収益)354億円を差引いた純経常行政コスト655億円は、市税や国・県補助金などで賄われています。

経常行政コスト(A)	H23	前年度比較
	1,009億円	15億円
人にかかるコスト(人件費など)	136億円	△13億円
物にかかるコスト(物品購入、光熱水費など)	232億円	2億円
移転支出的なコスト(社会保障給付など)	587億円	28億円
その他のコスト(支払利息など)	54億円	△2億円
経常収益(B)	354億円	△1億円
施設の使用料、負担金、保険料など		
純経常行政コスト※(A)－(B)	655億円	16億円

連結資金収支計算書

(平成23年4月1日～平成24年3月31日)

■1年間の資金の増減を表しています。

期首資金残高	206億円
当期収支	11億円
【内訳】	
経常的収支	183億円
公共資産整備収支	△31億円
投資・財務的収支	△141億円
▶ 期末資金残高	217億円

経常的収支の黒字分で、学校や道路などの公共資産整備やそのための借入金を返済しています。資金が1年間で11億円増加し、期末資金残高は217億円となり翌年度以降の財源として繰り越しています。

連結純資産変動計算書

(平成23年4月1日～平成24年3月31日)

■貸借対照表の純資産の1年間の変動額を表しています。

期首純資産残高	3,289億円
当期変動高	29億円
【内訳】	
純経常行政コスト	△655億円
財源調達(市税、補助金など)	684億円
期末純資産残高	3,318億円

純経常行政コストを市税や補助金などで賄うことができたため、純資産が1年間で29億円増加(将来世代の負担が減少)しました。これにより、純資産の期末残高は3,318億円になりました。

健全財政を維持しています

土地開発公社保有地を売却したことなどにより資産が前年度と比較し3億円減少しました。また、市債発行抑制など財政の健全化を図ったことにより、将来世代の負担である負債は前年度と比較して32億円減少し、健全財政を維持しています。

今後も未来の子どもたちへの負担の先送りを抑え、健全な財政運営を行っていきます。

普通会計など、連結以外の財務諸表についても、上田市ホームページに掲載しています。ご覧ください。

総合型地域スポーツクラブで体を動かそう!!

【総合型地域スポーツクラブとは】

身近な地域で気軽にスポーツを楽しむことができる、新しいタイプのスポーツクラブです。文部科学省の「スポーツ基本計画」に掲げられた政策実現に向けて育成が進められており、①子どもから大人まで、②様々な種目に、③レベルに合わせて参加できることが特徴です。また、運営は地域住民が主体となって行います。

現在、上田市内には5つの総合型地域スポーツクラブがあり、新年度からの新規会員を募集しています。身近なところで楽しく体を動かしてみませんか。

気になるクラブがありましたらお気軽に事務局まで問い合わせください。



NPO法人さなだスポーツクラブ

●概要 主な活動は真田地域の体育施設や公民館を中心に、スポーツ教室、スポーツサークル、少年スポーツ教室、スポーツイベントなどを実施しています。その他にも、文部科学省「地域スポーツとトップアスリートの好循環推進プロジェクト」を長野県内で唯一受託し、トップアスリートや地域のスポーツ人材を活用して、小学生体育授業の補助や中学生運動部活動の指導、地域のスポーツ活動の課題解決などを行っています。

●設立年 平成17年 ●会員数 1,260名

●事務局 〒386-2201 真田町長7193-1 上田市真田体育館内 TEL72・2657 FAX72・2673
ホームページ <http://sanadasc.com/>

たけしスポーツクラブ

●概要 「た」楽しく、「け」健康的に、「し」親しもう！を合言葉に、誰もが、生涯にわたって気軽にスポーツを楽しむことができるスポーツ環境づくりを目指しています。

主な活動は武石地域の体育施設や公民館を中心に、子どもを中心にした教室、大人を中心にした健康づくり教室、各種スポーツイベントなどを実施しています。

●設立年 平成18年 ●会員数 246名

●事務局 〒386-0503 下武石740 武石公民館内 TEL/FAX85・2280



NPO法人クラブUSC

●概要 クラブUSCは①子どもから高齢者までの方々が楽しめるクラブ、②いつでも、どこでも、気軽に活動できるクラブ、③一人ひとりが目的をもち、上達する喜びがもてるクラブ、④みんなで創り、みんなから愛されるクラブを目指しています。主な活動は神川地区にある下堀コミュニティセンターや市の体育施設を中心に、トップを目指すアスリート部門、楽しく体を動かすサークル、初心者向けの球技やダンス・エクササイズ教室、各種スポーツイベントなどを開催しています。

●設立年 平成20年 ●会員数 557名

●事務局 〒386-0016 国分1624 下堀コミュニティセンター内 TEL/FAX26・5320

オヤジ改造倶楽部

●概要 現役世代のいわゆる「オヤジ」を中心に、家族そろって運動することで気持ちの良い汗をかくことを目的としたクラブです。オヤジばかりでなく子どもからシニア世代、女性の参加も大歓迎です。

主な活動は丸子地域の体育施設や公民館を中心に、ノルディックウォーキングやエアロビクス、フラダンスなどを家族や仲間と一緒に楽しめます。また、登山などの特徴的な事業も行っています。

●設立年 平成22年 ●会員数 68名

●事務局 〒386-0412 御嶽堂1-1 丸子総合体育館内 TEL43・2250 FAX43・0616

(※電話・FAXとも丸子総合体育館)



うえだミックススポーツクラブ

●概要 スポーツを通じて人と人をつなぎ、人と人を「しあわせ」にするような、自然と文化とスポーツが融合したまちづくりを目指しています。

主な活動は塩田地域の体育施設や公民館を中心に、幼児・小学生向けの教室、健康・リフレッシュ教室、フィットネス系教室、各競技クラブ、講演会やイベントなどを実施しています。

●設立年 平成23年 ●会員数 267名

●事務局 〒386-1323 本郷752-2 神津テナント1階 TEL71・5392 FAX71・5302

お知らせ

Information A La Carte

4月6日(土)～15日(月)は 春の全国交通安全運動

春は新入学・新学期で、子どもが交通事故に遭う危険が増加し、自転車利用者の事故も増加します。交通ルールの遵守とマナーの実践はもちろん、一人ひとりが思いやりの気持ちと、交通社会の一員という自覚を持ち、交通事故を防ぎましょう。

問 生活環境課 TEL 22・4140

生け垣設置助成制度を ご利用ください

市民の皆さんが新しく生け垣を作る場合に費用の一部を助成します。

●助成条件 工事着工前に申請書の提出が必要です。着工後は助成対象になりません。

●助成対象 公道に面し5m以上連続する生け垣。ほかにも条件がありますので、問い合わせください。

●助成額 費用の2分の1以内(限度額5万円。ただし、ブロック塀などを撤去して生け垣を作る場合は、限度額10万円)

問 都市計画課 TEL 23・5127

本人確認にご理解 ご協力をお願いします

市民の皆様のご大切な個人情報を守

お知らせ

るため、4月から所得証明、資産証明、納税証明などの申請の際、官公庁発行の写真付き証明書などにより本人であることの確認をさせていただきます。お越しの際には、次のものをご用意ください。

- ①1点で良いもの／運転免許証、パスポート、住民基本台帳カードなどの官公庁発行の写真付き証明書
- ②2点必要なもの／次の中から2点
ご用意ください。健康保険証、年金手帳、年金証書、介護保険証、写真なし住民基本台帳カード、社員証、学生証など

問 税務課 TEL 23・8240

問 収納管理課 TEL 23・5117

土地・家屋帳簿などの 縦覧・閲覧4月1日から

◇土地・家屋価格等帳簿の縦覧
納税者が所有する土地・家屋の評価が適正かどうか、縦覧帳簿に記載されている他の土地・家屋の評価額と比較できます。

●日時 4月1日(月)～30日(火)午前8時30分～午後5時15分(土日祝日を除く)

●場所 市役所税務課、丸子・真田・武石地域自治センター担当窓口

●対象 市内に固定資産(土地・家屋)を所有する納税者または代理人

●縦覧できる帳簿 土地価格等縦覧帳簿、家屋価格等縦覧帳簿

●手数料 無料

◇固定資産課税台帳の閲覧

ご自身の固定資産(土地・家屋・償却資産)について、固定資産課税台帳に記載された事項(価格や課税標準額など)を固定資産課税台帳の閲覧により確認できます。また、借地・借家人なども、対象となる固定資産の課税内容を確認できます。

●期間 通年

●場所 市役所税務課、各地域自治センター

●対象 固定資産の納税義務者または代理人、借地・借家人など

●手数料 300円、写しは1部10円(縦覧期間は手数料のみ無料)

◇共通事項

●持ち物 本人が縦覧・閲覧する場合、①印鑑、本人確認できるもの(運転免許証など官公署発行の顔写真付き証明書)、代理人が縦覧・閲覧する場合は、①と委任状(委任者の印、法人の場合は社印による押印が必要)、借地・借家人が固定資産課税台帳を閲覧する場合は、①と賃貸借関係がわかる書類(契約書など)

問 税務課 TEL 23・8240

4月1日から マレットゴルフ場オープン

◇塩田の郷マレットゴルフ場
●施設 全芝3コース・54ホール
全長2937m

●営業期間/時間 4月1日(月)～11月30日(土)午前9時～午後5時(期間中無休、団体は要予約)

●料金 一般500円、小中学生200円、未就学児無料。通年券、回数券などあり。貸用具100円

問 塩田の郷マレットゴルフ場
TEL 39・4455

上田地域シルバー人材センター
TEL 23・6002

◇天下山マレットゴルフ場

●施設 全芝3コース・27ホール
全長1283m

●営業期間/時間 4月1日(月)～12月27日(金)午前8時30分～午後5時(期間中無休、団体は要予約)

●料金 一般500円、中学生以下無料。通年券、回数券などあり。貸用具100円

問 天下山マレットゴルフ場
TEL 42・1134

上田地域シルバー人材センター
丸子支所 TEL 43・0333

平成25年度 上下水道料金納期ごよみ

上下水道料金の口座振替日、納入通知書による支払期限は検針月の翌月25日(休日の場合は翌営業日)です。期限内の支払いにご理解とご協力をお願いします。

◇上田・真田地域「奇数月検針」
●検針月/振替日納期限
3月/4月25日(木)、5月/6月25

ようこそ市長室へ

2月に訪問した方の中から紹介します。



2月15日、宮城県蔵王町の村上英人^{ひでと}町長(写真中央)が、市長を訪問しました。蔵王町は真田幸村の子孫が仙台藩伊達家家臣として領地を与えられ、仙台真田氏ゆかりの地といわれており、こうした歴史的な縁で上田市と交流しています。

同町では、同県とJR東日本などが4月から展開する観光キャンペーンに合わせ特別展「仙台真田氏の名宝」など、仙台真田氏のPR事業を計画しており、村上町長からは、「今後、上田市との交流提携をしていきたい」との申出がありました。これに対し母袋市長は「東北地方の真田氏ゆかりの地とも連携できるものを検討していきたい」と応じました。

◇火、7月／8月26日(月)、9月／10月25日(金)、11月／12月25日(水)、1月／2月25日(火)
◇上田・丸子・武石地域「偶数月検針」
●検針月／振替日納期限
4月／5月27日(月)、6月／7月25日(木)、8月／9月25日(水)、10月／11月25日(月)、12月／1月27日(月)、2月／3月25日(火)
◇共通事項
検針は2か月に一度です。上田地域は偶数月と奇数月に分かれていますが、お知らせ票などでご確認ください。口座納付の方は振替日の前日

までに残高の確認をお願いします(振替日に振替ができなかったときは、振替日の翌月15日前後に再振替を行います)。
●その他 県営水道(塩田・川西地域の一部)の上水道料金については株式会社ジェネッツ(TEL29・0810)に問い合わせください。
問 市 サービス課 TEL22・1313

武石森林公園マレットゴルフ場オープン

●施設 全芝3コース・27ホール全

長1305m
●営業期間／時間 4月1日(月)～12月下旬午前9時～午後5時(期間中無休、団体は要予約)
●入場料 大人500円 中学生以下300円、通年券、回数券などあり。貸用具100円
問 (財)上田市地域振興事業団武石地域センター TEL85・2829

システム点検のため 証明書の一部発行を休止

システムの点検のため、次の施設での証明書の発行を休止いたします。

●期日 4月13日(土)
●場所 上田情報ライブラリー
●休止する証明書 所得証明書、納税証明書、軽自動車税納税証明書
問 市 税務課 TEL23・5115
市 収納管理課 TEL23・5117
市 情報推進課 TEL23・8241

春の地域安全運動

春の地域安全運動が行われます。登下校する児童の見守りや、振り込め詐欺などの特殊詐欺に騙されないためのご近所の声かけなどにご協力をお願いします。期間中、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。

●期間 4月1日(月)～30日(火)

●スローガン 「みんなでつくろう安心の街 上田」

問 市 生活環境課 TEL22・4140

特殊詐欺にご注意ください

県内では今年に入り、株式の購入などを持ちかける「もうかります詐欺」や公務員などをかたる「受取型詐欺」など特殊詐欺が多発しています。「必ず儲かる」「現金・キャッシュカードを預かる」といった話は絶対に信用しないでください。少しでもおかしいと思ったら、市役所、県消費生活センター、または警察に相談しましょう。

問 市 生活環境課 TEL22・4140

不動産評価などの 無料相談会

売買、交換、相続、借地、担保、賃貸借などについて不動産鑑定士がお答えします。

●日時 4月1日(月)午前10時～午後4時

●場所 上田商工会議所
問 (社)長野県不動産鑑定士協会
TEL026・225・5228

国保の届出を忘れずに

就職、退職などによる国民健康保険の加入や脱退は届出が必要です。忘れずに届出をお願いします。

●持ち物 加入時／印鑑・社会保険資格喪失証明書・年金手帳・年金証書(60～64歳の方)。脱退時／印鑑・国民健康保険証・社会保険の保険証(または社会保険資格取得証明書)

国保加入者で修学により転出する方は、今までの世帯で上田市の国民健康保険に継続加入となりますが、転出届出の際、別に届出が必要です。印鑑・在学証明書、または学生証などをお持ちください。

問 市国保年金課 TEL 23・5118

催し

Information A La Carte

ふれあいさなだ館 20周年記念イベント

期間中は、リング風呂のサービスや食堂、売店商品を特別記念価格にて販売します。

●期間 4月12日(金)～14日(日)

●場所 ふれあいさなだ館

●内容 12日(金)／先着300名に記念タオル進呈、土屋千明(ちあき)〈キングレコード所属〉20周年記念歌謡ショー開催(午後0時30分～2時30分)、13日(土)・14日(日)／両日午

お知らせ／催し／講座・教室

前5時から朝風呂営業

問 ふれあいさなだ館

TEL 72・2500

明るい選挙推進大会 講演会を開催

●日時 3月29日(金)午後2時30分～4時

●場所 市民会館2階大会議室

●講演 「明るい選挙と選挙制度を考える」安井幸次氏(長野大学環境ツーリズム学部教授)

●入場料 無料

問 選挙管理委員会
TEL 23・5438

県市町村対抗駅伝競争大会の選考会

4月29日(月・祝)に松本市で開催される第23回長野県市町村対抗駅伝競走大会・第9回長野県市町村対抗小学生駅伝競争大会へ出場する上田市チームの選考会を開催します。

●日時 3月31日(日)午前9時～11時30分(雨天決行)

●場所 真田運動公園グラウンド

●内容 小学生／1500m、中学生／3000m、高校生以上／5000m

●選考方法 自己記録、選考会記録、走り方および過去の実績により総合的に判断(選考会の順位どおりとならない場合があります)。選

抜かれた選手は大会に向けて合同練習を別途行います。

●対象 大会出場可能で意欲のある方

●参加費 無料

●申し込み 不要。当日会場へお越しください。

問 上田陸上競技協会駅伝部(宮岡)
TEL 090・6493・6415

丸子修学館高等学校 100周年記念美術展

本年度100周年を迎えた本校の美術部・OBの作品を展示します。

●日時 3月23日(土)～31日(日)午前9時～午後5時(月曜休館、最終日午後3時まで)

●場所 東御市梅野記念絵画館

●入場料 無料

問 丸子修学館高等学校
TEL 42・2827

講座・教室

Information A La Carte

やすらぎセミナー

●日時 3月30日(土)午後1時～4時

●場所 上野が丘公民館

●内容 「みんなでメンタルヘルスを考える」こころの不調と予防を考える(吉川武彦氏(清泉女学院大学・

清泉女学院短期大学学長))
●対象 精神保健福祉に関心のある

方(参加費無料)

問 地域活動支援センターやすらぎ
TEL 25・2000

こだわりの手作り 上田紬ネックス

●日時 3月27日(水)午前9時30分～正午

●場所 西部公民館

●定員 先着8名

●講師 丸山文子氏、春原清江氏(わけっこ手芸の会)

●参加費 100円、材料費400円

●持ち物 裁縫道具

●申し込み 3月22日(金)以降、電話または西部公民館へ。

問 西部公民館 TEL 27・7544

やるなら今

運動神経アップ教室

マット運動、鉄棒、ボール遊びなどを行います。

●期間 4月20日～7月20日の毎週土曜日(全12回)

●クラス／時間 幼児クラス／午前9時30分～10時30分、小学生クラス／午前10時30分～11時30分

●場所 真田体育館

●対象 幼児クラス／4歳～6歳までの幼児、小学生クラス／小学1～3年生

●定員 幼児クラス／先着15名、小

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(平成25年4～9月)

※駐停車場所・時間は、市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

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

コース	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	4月3日	4月5日	4月9日	4月10日	4月12日	4月16日	4月17日	4月19日
	5月8日	5月10日	5月21日	5月15日	5月17日	5月28日	5月22日	5月24日
	6月5日	6月14日	6月11日	6月19日	6月21日	6月18日	6月26日	6月28日
	7月3日	7月5日	7月9日	7月10日	7月12日	7月30日	7月17日	7月19日
	8月7日	8月9日	8月20日	8月21日	8月23日	8月27日	8月28日	8月30日
	9月4日	9月6日	9月3日	9月11日	9月13日	9月10日	9月18日	9月20日

「あおぞら号」 問 丸子図書館 TEL42・2414

コース	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)	わかき幼稚園 依田・長瀬保育園 武石Aコース 武石Bコース (水)	塩川・藤原田 依田茂沢 (木)
巡回日	4月2日・16日・30日	4月3日・17日	4月4日・18日	4月9日・23日	4月10日	4月11日・25日
	5月14日・28日	5月1日・15日・29日	5月2日・16日・30日	5月7日・21日	5月8日	5月9日・23日
	6月4日・18日	6月5日・19日	6月6日・20日	6月11日・25日	6月12日	6月13日・27日
	7月2日・16日・30日	7月3日・17日・31日	7月4日・18日	7月9日・23日	7月10日	7月11日・25日
	8月13日・27日	8月14日・28日	8月1日・15日・29日	8月6日・20日	8月7日	8月8日・22日
	9月10日・24日	9月11日・25日	9月12日・26日	9月3日・17日	9月4日	9月5日・19日

長野マラソン
直前講習会

- 日時 4月7日(日)午前9時30分～
- 正午
- 場所 真田運動公園周回ランニン

問 農政課 TEL23・5122

- 申し込み 3月25日(月)以降、電話で農政課へ。

- 持ち物 エプロン、バンダナ、容器(持ち帰り用)
- 定員 先着20名
- 参加費 500円(材料費)
- 場所 中央公民館
- 日時 4月5日(金)午前9時～午後1時頃

美味しい地元産大豆を使って、豆腐とおから料理を作りましょう。

男性豆腐料理教室

- 日時 4月5日(金)午前9時～午後1時頃
- 場所 中央公民館
- 参加費 500円(材料費)
- 定員 先着20名
- 持ち物 エプロン、バンダナ、容器(持ち帰り用)
- 申し込み 3月25日(月)以降、電話で農政課へ。

NPO法人さなだスポーツクラブ事務局へ。

- 申し込み 3月25日(月)以降、電話、またはNPO法人さなだスポーツクラブ事務局へ。

NPO法人さなだスポーツクラブ事務局 TEL72・2657

- 参加費 5000円(さなだスポーツクラブ会員は3000円)
- 別途保険代800円

講師 幼児クラス／宮本恵美氏(幼児体育指導員)、小学生クラス／鷺巣国彦氏(運動療法士)

学生クラス／先着20名

合気道教室(前期)

- 日時 4月2日(火)～8月31日(土)の火・土曜日(全36回)午後6時30分～8時30分(途中参加可)
- 場所 上田城跡公園体育館柔道場
- 対象 市内在住・在勤の方
- 受講料 3000円(途中参加者も同額)
- 申し込み 火・土曜日の(3月30日(土)は休み)午後7時～8時30分に道場で受付、または電話で上田合気道協会事務局へ。
- 上田合気道協会事務局(清水) TEL72・4771

NPO法人さなだスポーツクラブ事務局 TEL72・2657

- 申し込み 3月23日(土)以降、電話、またはNPO法人さなだスポーツクラブ事務局へ。

NPO法人さなだスポーツクラブ事務局

- 参加費 500円(さなだスポーツクラブ会員は200円)
- 申し込み 3月23日(土)以降、電話、またはNPO法人さなだスポーツクラブ事務局へ。

NPO法人さなだスポーツクラブ事務局

- 定員 先着50名
- 講師 前田浩実氏(ミラノワールドカップマラソン日本代表、元リクルート駅伝部、上田市出身)

Gコース(雨天時は真田体育館)

対象 マラソンにチャレンジしたい方

お知らせ

災害時における石油類燃料の供給等に関する協定を締結

市は2月22日に上燃(株)と「災害時における石油類燃料の供給等に関する協定」の調印を行いました。災害対策の拠点となる市庁舎の機能維持や応急活動に携わる車両、重機への給油など災害時には様々な場面で燃料が必要となり、特に市の病院や診療所、広域避難場所となる小中学校など人命



かこしま 神子島社長と母袋市長

にかかわる施設には最優先の供給が不可欠です。今回の協定締結により、市では防災上重要な施設や応急対策車両などへの燃料の安定した供給を確保することができます。

上燃(株)の神子島雅人社長は、「地域のエネルギー供給者の責任を強く感じ、引き続き安定供給に努めていきたい」と話していました。

問 市危機管理防災課 TEL21-0123

※この模様は行政チャンネル(上田ケーブルビジョンCATV009、丸子テレビ放送CA103)で放送しています。

赤十字救急法救急員資格継続研修を開催

●日時 4月21日(日)午前9時～午後2時

●場所 ふれあい福祉センター

●対象 平成22年度に救急員の認定を受けた方

●定員 先着30名

●参加費 1000円

●持ち物 救急員認定証、実技ができる服装、筆記用具

問

市福祉課

TEL 22・4100(内線1990)

●申し込み

3月22日(金)～4月5日

(金)に、申込用紙(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、FAX(24・9423)、またはEメール(fukusi@city.nedana.gano.jp)で福祉課へ。前記により申し込みができない場合は、電話で受け付けます。その際、現在お持ちの認定証を手元に用意ください。

カラダ元気℃測定

専門測定機器(体組成計)で筋肉や脂肪の付き方を調べ、体力測定で各種運動機能を確認します(参加費無料)。※測定は1年に1回程度が目安です。

●日時 4月4日、5月2日、6月6日の木曜日午後1時30分～3時30分。または4月19日(金)、5月21日(火)、6月20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・健康プラザうへだ

●対象 概ね70歳以下の市民

●定員 各回先着12名(申込多数の場合は、次回をご案内します)

●持ち物 運動着、室内用運動靴、飲み物

●申し込み 測定日の前日までに、電話で健康推進課へ。

問 市健康推進課 TEL 28・7123

市民体力づくりの日参加者募集

●日時 4月4日以降の毎週木曜日午後1時30分～4時30分(2回目以降は4時まで)

●会場 自然運動公園体育館

●対象 どなたでも

●内容 講演「健康づくりと仲間づくり」犬飼己紀子氏(松本大学教授)

<広告欄>

お引っ越しが決まりましたら、
早めにご連絡を
お願いします。

ガス料金の精算は、
お引っ越し日にさせて
いただきます。

お手持ちの
ガス器具は
引越し先の
ガス会社に
確認してから
お使い下さい。



上田ガス株式会社

TEL.0268-22-0454

授)、運動(卓球・ビーチボール・健康体操)

●参加費 年会費1000円、参加費2000円(保険代含む)

●持ち物 運動できる服装、体育館シューズ

●申し込み 不要

●その他 上田城跡公園体育館でも同事業を毎週木曜日の午前9時30分～11時45分に開催しています。詳細は問い合わせください。

(財)上田市体育協会

TEL 27・9400

エコ・ハウスの布ぞうりづくり

●日時 4月16日・23日の火曜日 午前10時～午後3時

●場所 エコ・ハウス

●定員 先着10名

●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 各回130円

●申し込み 4月1日(月)以降、電話でエコ・ハウスへ。

●エコ・ハウス(受付時間/月) 金曜日、午前10時～午後4時
TEL 23・5114

アクアプラザうへだ 各種教室

●教室/日時

①ベビースイスミニング教室(12回)

0歳児コース/4月23日～7月9日の火曜日正午～午後0時30分、1歳児コース/4月23日～7月9日の火曜日午前11時～11時50分、2・3歳児コース/4月19日～7月12日の金曜日午前11時～11時50分

②ベビータンダンス教室(6回)

1期/4月19日～5月31日の金曜日午前10時30分～11時30分、2期/6月7日～7月12日の金曜日午前10時30分～11時30分

③パワイヨガ教室(12回)

4月8日～7月8日の月曜日午後3時30分～4時30分

④ハワイアンヨガ教室(12回)

4月8日～7月8日の月曜日午後7時～8時

⑤燃やせ体脂肪!ボディシェイプ教室(12回)

4月24日～7月10日の水曜日午後1時～1時50分。毎回教室内容が変わります。

⑥キッズ水泳教室

年中・年長教室(8回)/4月17日～7月17日の第1・3・5水曜日、年少教室(7回)/4月24日～7月24日の第2・4水曜日。いずれも時間は午後4時～4時50分

⑦ジュニア(小学生)水泳教室(8回)

4月18日～7月18日の第1・3・5水曜日、低学年/午後4時～4時50分、高学年/午後5時～5時50分

●対象 ①4月1日現在の年齢。0

歳児コース/生後6か月～1歳未満児と保護者、1歳児コース/1歳児と保護者、2・3歳児コース/2・3歳児と保護者、②首がすわった頃～1歳6か月児と保護者、③④⑤どなたでも、⑥年少～年長児、⑦小学生

●定員 ①各コース25組、②各15組、③④⑤15名、⑥年少15名、年中・年長25名、⑦各35名

●参加費 ①4000円(別途入館料、一般750円、60歳以上500円が必要)、②各2000円、③④⑤4100円、⑥年少2600円、年中・年長2900円(保護者は入館料3000円が必要)、⑦2900円(別途入館料500円、保護者見学は入館料3000円が必要)

※②⑤は、別途入館料3000円、プール・トレーニング室利用の方は、一般750円、60歳以上・夜間500円が必要

●申し込み ①④は3月27日(水)以降、⑤⑦は3月30日(土)以降、参加費・印鑑持参のうえアクアプラザ上田へ(先着順。3月28日(木)、4月11日(木)は休館)。

●アクアプラザ上田
TEL 26・2626

<広告欄>

サンピアン^{上田} 音楽教室

★音楽遊びコース 1～2歳
歌を歌ったり、リズムに合わせて動いたり、ピアノに触ってみたい、工作してみたり、楽しく音楽に触れてみませんか?

★アトリエランドコース (幼児科)2～5歳
はじめて音楽を学ぶお子さまのために、はじめてからレッスンにオルガンやピアノを取り入れ、自然にその感受性を引き出します。

生徒募集!

全コース 無料体験レッスン受付中!!

★ジュニアピアノコース
ピアノに触れる楽しさ、上達するうれしさ。ピアノ科は、自分の手で奏でる喜びを味わうことで、音楽を楽しむ心を育みます。

★大人のピアノ1曲マスターコース
弾きたかったあの曲を、あなたの手で。

★キッズドラムコース
楽しく、しっかりドラムをマスター。

★フルートコース
基礎から学びたい。楽しみながらレパートリーを増やす。

お問い合わせ **サンピアン** 上田センター教室

0120-14-7748 長野県上田市常磐城5-1-14

他の教室でレッスンを諦めた人、是非サンピアン音楽教室でレッスンを受けてみてください!
個人レッスンで、生徒さんに合わせたレッスンを実施しています。

赤ちゃんとお母さんの子育て講座

赤ちゃんとのコミュニケーションに役立つ遊び歌やスキンシップの方法を学んだり、育児の情報交換の場としてご利用ください。

●日時 通年(原則月2回)第1・3水曜日の午前10時30分～正午(受付10時)

●場所 西部公民館

●対象 1歳未満児と保護者

●受講料 大人一人100円

●申し込み 不要

●問い合わせ 西部公民館 TEL 27・7544

各種外国語講座 受講生を募集

◇ポルトガル語(ブラジル語)講座

●コース/日時 入門・初級/毎週水曜日の午後8時～9時、初級・中級/毎週水曜日の午後7時～8時

●場所 中央公民館

●問い合わせ 上田ポルトガル語の会(西沢)

TEL 31・3500

◇韓国語講座

●コース/日時 入門、初級I・II、中級/毎週木曜日の午後8時～9時30分、昼特I・II/毎週木曜日の午前10時～11時30分

●場所 中央公民館

●問い合わせ 上田ハンゲルの会(土屋)

TEL 42・3507

講座・教室

◇中国語講座(入門、初級、中級)

●日時 毎週金曜日の午後7時～9時

●場所 中央公民館

●お問い合わせ 你好会(池上) TEL 25・3360

◇スペイン語講座

●日時 毎週金曜日の午後7時～8時30分

●場所 ふれあい福祉センター

●問い合わせ スペイン語講座(瀧塚)

TEL 24・7224

※各講座は通年開催で、随時受け付けています。受講料など詳細は各講座に問い合わせください。

手話奉仕員養成講座

◇入門・基礎課程(全36回)

●対象 原則として初めて手話を学ぶ方で、1年を通して出席でき、講座終了後に手話に関するボランティア活動ができる市内在住・在勤・在学の15歳以上(中学生は不可)の方

●定員 20名(申込多数の場合は抽選)

◇レベルアップ講座(全18回)

●対象 手話奉仕員養成講座(入門・基礎課程)修了者(市外での講座受講者可)で、1年を通して出席でき、講座修了後に手話通訳活動を目指す市内在住・在勤・在学の15歳以上(中学生は不可)の方

●定員 15名(面談により選考)

◇共通事項

●日時 5月11日～平成26年3月15日の土曜日、午前10時～正午または午前10時～午後3時(年末年始を除く)

●場所 ふれあい福祉センター

●参加費 5000円(テキスト代含む)

●申し込み 4月5日(金)までに電話で福祉課へ。

●福祉課 TEL 23・5158

エンディングノートと遺言状の効力

エンディングノートと遺言状の違い、自分の希望などを家族に伝える方法、法的な面について学習します。

●日時 4月19日(金)午前10時～正午

●場所 西部公民館

●定員 先着25名

●受講料 100円

●持ち物 筆記用具

●申し込み 4月4日(木)以降、電話または西部公民館へ。

●問い合わせ 西部公民館 TEL 27・7544

現代キッズマナー教室

●日時 4月27日(土)から原則毎月第4土曜日の午前10時～正午

●場所 笠原工業常田館、中央公民館ほか

●内容 挨拶の仕方、言葉づかいの

<広告欄>

近代的ガーデニング墓地

塩田霊苑

※管理者常駐 ※宗教・宗派は自由

◆お問い合わせ・お申し込み◆

ナナ ク リ
■指定石材店
有限会社 七久里石材店

本店・展示場/上田市常盤城5-2-5(18号線沿 旧上田警察署入口)

TEL.0268-22-8276 FAX.0268-22-8520

※ご契約の際は印鑑をご持参下さい。必要書類は、一式事務局に用意してございます。

霊域 区名	寸法		面積		通常永代 使用料 (円)	特別割引永代 使用料 (円)	年間 管理料 (円)
	間口(m)	奥行(m)	m ²	坪			
霊地A (36区画)	2.00	2.43	4.86	1.47	721,000→	430,000	4,800
	2.00	2.71	5.42	1.64	805,000→	480,000	4,800
霊地B (58区画)	2.00	2.43	4.86	1.47	721,000→	430,000	4,800
	2.00	2.71	5.42	1.64	805,000→	480,000	4,800
霊地C (77区画)	1.84	2.43	4.47	1.35	495,000→	300,000	4,200
霊地D (133区画)	1.84	2.43	4.47	1.35	495,000→	300,000	4,200
霊地E (60区画)	1.84	2.43	4.47	1.35	495,000→	300,000	4,200
霊地F (160区画)	1.84	2.43	4.47	1.35	495,000→	300,000	4,200
	1.29	1.38	1.78	0.53	192,000→	120,000	1,500
霊地G (137区画)	1.84	2.43	4.47	1.35	495,000→	300,000	4,200
霊地H (10区画)	1.84	2.43	4.47	1.35	495,000→	300,000	4,200

見学ご希望のお客様は
当社までご連絡下さい。
送迎いたします。



春彼岸
特別価格!
F区画用セット

86万円

募集

スマイルmamネットUEDA 子育てサークル会員募集

子育てサークル17団体と子育て支援団体で組織する「スマイルmamネットUEDA」への加入サークルの中で、現在会員を募集しているサークルをご案内します。申込方法やサークル活動の見学希望など、詳しくは問い合わせください。

「スマイルmamネットUEDA」では年7回程度の連絡会を開催し、サークル間の情報交換などを行い、互いに支え合って活動をしています。現在サークル活動をしていて、「スマイルmamネットUEDA」への加入など関心がある方は事務局まで問い合わせください。

問 スマイルmamネットUEDA事務局(中央子育て支援センター内) TEL26・3096

サークル名	開催曜日	対象(年齢)	時間	場所
たまごの会	毎週金曜日	1歳～2歳	午前10時～11時	中央公民館
おたまじゃくしの会	毎週木曜日	2歳～3歳		
メダカの会	毎週火曜日	1歳～就園前	午前10時～	
絵本読んでの会	毎週水曜日	0歳～就園前	午前10時15分～11時30分	城南公民館
わたぼうしの会	毎週火曜日	0歳～3歳		塩尻地区公民館
にこにこクラブ	毎週金曜日	就園前	午前10時30分～11時30分	
あおむしの会(上田子ども劇場)	第1・3木曜日	0歳～就園前	午前10時～午後0時30分	上野が丘公民館
新婦人はぐはぐクラブ	毎週火曜日	0歳～就園前	午前10時30分～正午	
母親クラブめだかの会	第1・3金曜日	0歳～就園前	午前10時～正午	東塩田児童センター
どんぐりの会	月1～2回	0歳～就園前	午前10時15分～11時30分	真田保健センター
新婦人スマイルキッズ	毎週水曜日	0歳～就園前	午前10時30分～	塩田公民館
ママの子育て英語サークル マザーグース	第2・4金曜日	妊産婦～就園前		
Beans～ビーンズ～	第2・4火曜日	0歳～3歳 (上田市産院・市立産婦人科 病院で出産された方対象)	午前10時～正午	創造館 市民プラザ・ゆう
ぐるんぱ	月2～3回月曜日	子育て中の親	午前10時30分～11時30分	清明児童クラブ1階
どんぐりん	毎週金曜日	子育て中の親	午後1時30分～2時30分	青少年ホーム

問

新上田自由大学歴史学教室
(宮下) TEL 63・5324
(田中) TEL 22・8880

● 申し込み 3月30日(土)までには
がきに「平成25年度新上田自由大
学歴史学教室受講希望」氏名・住
所・電話番号を記入し「〒386
10023 中央西二丁目5-6
宮澤慎一宛」へ。

● 受講料 3000円/年

● 内容 「真田三代を見直す」寺島隆
史氏(元上田市立博物館長)

● 場所 上田図書館

● 開講日 4月～平成26年3月の毎
月第3土曜日午後1時30分～3時
30分(4月は午後1時15分)

新上田自由大学
歴史学教室

問

現代キッズマナー教室実行委員
会(岡) TEL/FAX 22・1725

● 申し込み 3月26日(火)～4月22日
(月)に電話、またはFAXで実行委
員会へ。

● 参加費 年会費1000円、保
険料500円(初回のみ)、教材費
2000円/月

● 対象 小学生

● 定員 先着20名

● 参加費 年会費1000円、保
険料500円(初回のみ)、教材費
2000円/月

● 申し込み 3月26日(火)～4月22日
(月)に電話、またはFAXで実行委
員会へ。

● 参加費 年会費1000円、保
険料500円(初回のみ)、教材費
2000円/月

● 対象 小学生

● 定員 先着20名

● 参加費 年会費1000円、保
険料500円(初回のみ)、教材費
2000円/月

● 申し込み 3月26日(火)～4月22日
(月)に電話、またはFAXで実行委
員会へ。

● 参加費 年会費1000円、保
険料500円(初回のみ)、教材費
2000円/月

<広告欄>

クラーク記念国際高等学校(通信制・単位制)
あなたらしく!夢を見つける!夢をかなえる!

入学面接
3月29日(金)
午前10時～12時

平成24年度合格実績
高卒認定試験:第1回2名受験2名合格
日本大学理工学部・上田女子短期大学総合文化学科
長野県佐久技術専門学校・アミューズメントメディア総合学院
上田情報ビジネス専門学校・上田福祉医療学院
東京工学院専門学校・大原簿記情報ビジネス医療専門学校
学卒就職等内定者3名ほか

入学願書受付中 平成25年度新年度生

クラーク記念国際高等学校 校長 三浦雄一郎

高卒認定コース
全日制コース
単位制コース

〒386-0027
長野県上田市常盤城2-6-4

国際高等学院長野校 TEL 0268-26-5515

国際高等学院長野校 検索

心 安らぐ庭づくり

●造園 ●樹木治療
●ガーデニング
●テラス ●ウッドデッキ
●門 ●塀 ●カーポート

樹木医が庭木の
診断治療をします。

造園設計施工管理・樹木医(認定584号)
有限会社 **藤本エクステリア**
代表取締役 後藤 正直

〒386-0001
上田市上田3086-10
TEL (0268) 25-3205
FAX (0268) 21-8488

介護予防体操

- 期日／場所 4月4日(木)／高齢者福祉センター、4月16日(火)／丸子長瀬市民センター、4月19日(金)／鳥屋公民館(武石)、4月22日(月)／真田老人福祉センター
- 時間 午前11時～正午
- 申し込み 不要(参加費無料)
- 高齢者介護課
TEL 23・5140

募集

元祖 シャッターマン 新規メンバー募集

- 活動内容 まつりなどでシャッターマン指定のベストと名札を着用し、観光客の記念撮影のお手伝いをするボランティア活動
- 活動場所 市内の観光名所
- 対象 どなたでも(ただし、中学生・高校生は保護者の同意が必要)
- 募集期間 随時受付
- 申し込み 電話で観光課へ。
- 観光課 TEL 23・5408

統計調査員を募集

- 調査に従事した方には報酬を支払います。
- 応募資格 次の①～⑤に該当する

講座・教室／募集

- 方。
- ①市内在住の20歳以上、75歳未満の健康な方。②責任を持って最後まで調査事務を遂行できる方。③調査時に知り得た秘密を守れる方。④税務・警察・選挙業務に直接関係のない方。⑤統計調査に係る県・市主催の調査員事務説明会に出席できる方。

- 任期 2年間(4月1日～平成27年3月31日)。随時募集。
- 申し込み 電話または住所、氏名、生年月日、電話番号を記載のEメール(tokei@city.nedanagano.jp)で情報推進課へ。申し込み書類を郵送します。
- 情報推進課 TEL 23・2235

自動販売機の設置事業者募集

- 市の管理する施設に自動販売機を設置する事業者を募集します。詳細は公有財産管理課で配布する募集要項、または市ホームページをご覧ください。

- 申し込み 3月25日(月)～4月1日(月)の午前8時30分～午後5時に公有財産管理課窓口へ提出書類を持参するか、または郵送(〒386-18601 住所不要 公有財産管理課宛 4月1日(月)必着)で。
- 決定方法 4月10日(水)午前10時から市役所南庁舎5階第3会議室で見積り合わせを行い決定します。

●公有財産管理課
TEL 23・5114

平成25年度文化支援事業 二次募集

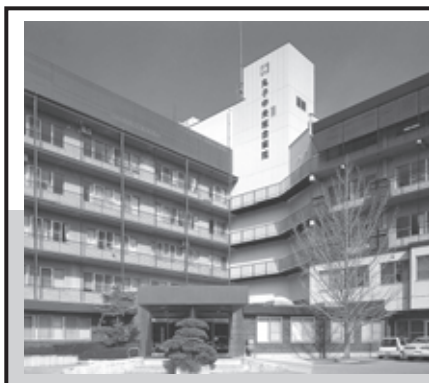
- 市では、市民の皆さんがプロのアーティストなどを招いて開催するコンサートや観劇などの鑑賞事業を支援しており、今回平成25年度二次募集として9月以降に開催する事業の募集を行います。採択されると、経費の一部助成や周知の協力などの支援を受けることができます。

- 応募方法 4月26日(金)までに文化振興課、丸子・真田・武石地域教育事務所にある、所定の応募用紙(市ホームページからもダウンロード可)で文化振興課へ(郵送可、必着)。
- 文化振興課 TEL 23・6361

音楽村サポーター・モニター募集

- 期間 サポーター／無期限、モニター／4月1日～平成26年3月31日
- 場所 信州国際音楽村
- 内容 サポーター／受付補助、会場案内補助、駐車場案内補助など。モニター／コンサートやイベントに来てアンケートに回答
- 対象 サポーター／どなたでも。モニター／音楽村主催および共催

<広告欄>

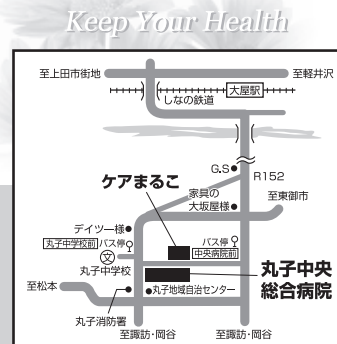


◆一泊ドック ◆日帰りドック
◆生活習慣病予防健診 ◆一般健診
人間ドック直通／TEL 0268-42-1113
FAX 0268-42-0038

医療法人 丸山会

丸子中央総合病院

〒386-0404 長野県上田市上丸子335-5
TEL 0268-42-1111(代表)



のコンサート・イベントに、期間中5回以上来られる小学生以下の子どもと保護者。

●定員 サポーター／無し。モニター／10組程度

●申し込み 所定の申込用紙(信州国際音楽村にあり。音楽村ホームページからダウンロード可)で信州国際音楽村へ。

問 (財)信州国際音楽村
TEL 42・3436

上田市の農畜水産物を使用した加工品の募集

上田市の農畜水産物を使用した加工品を紹介するチラシ、ポスター、市ホームページに掲載する加工品を募集します。

●条件 次の条件すべてに当てはまる加工品。①原材料に上田市で生産された農畜水産物が使われていること。②上田市産であることを明記していること。③継続的に製造、販売していること(季節限定は可)。④製造販売において各種法令、規則などに違反が無いこと。

●対象 商品購入問い合わせ先としてチラシなどに掲載を希望する事業者(市外事業者も可)

●申し込み 3月25日(月)～4月15日(月)に電話、FAX(23・5982)、Eメール(nosei@city.ueda.nagano.jp)で、事業者名、電話番号、住所、商品の種類をご連絡ください。

問 上田地産地消推進会議事務局
(市農政課内) TEL 23・5122

ボーイスカウトガールスカウト団員募集

●対象 ボーイスカウト／5歳～小学5年生の男子。ガールスカウト／5歳～小学3年生の女子。少女を支える18歳以上の女性。

●申し込み 各団体へ直接申し込みください。

◇ボーイスカウト

・上田第5団(千曲川右岸地域／宮下) TEL 22・2341

・上田第13団(千曲川左岸地域／小川) TEL 27・0282

◇ガールスカウト

・長野県第5団(千曲川右岸地域／岡) TEL 22・1725

・長野県第25団(千曲川左岸地域／宮崎) TEL 27・1272

江戸芸かつぽれを始めませんか

◇上田真田まつり参加

上田真田まつりに「江戸芸かつぽれ」で参加しませんか。

●練習日程 4月4日(木)・18日(木)・26日(金)午後6時～8時

●練習場所 中央公民館

◇かつぽれ体験会

●日時 4月6日(土)・20日(土)午後6時～8時

●場所 中央公民館
事務局(岡崎) TEL 22・9696

JICA海外ボランティア募集説明会

開発途上国で課題解決に取り組む青年海外協力隊、シニア海外ボランティアの体験談を交えた募集説明会を開催します。

●日時 4月6日(土)午後1時～3時

●場所 中央公民館

●問 駒ヶ根青年海外協力隊訓練所
TEL 0265・82・6151

あたたかい心

ご寄付をいただいた皆様、ありがとうございました。厚くお礼申し上げます。(平成25年1月分)

◇中澤重夫様 吉岡堅二作 日本画「尾瀬沼畔」[柿紅葉]／文化芸術振興のため

◇匿名様 現金5,000円／図書購入のため

◇日本シャーロック・ホームズクラブ様 シャーロック・ホームズ物語全16巻、名探偵シャーロック・ホームズ事典1冊／浦里小学校へ

<広告欄>

小柳産業(株)

上田工場は土日・祝日
休まず営業! 持込歓迎

上田市材木町: 22-5353
上田市東内: 43-0053

粗大ごみの処分など
引越シーズンです。
引越しシーズンです。
ごみの
ことなら
すぐ相談

有料広告掲載のお問い合わせは、上田市秘書課(TEL23・5149)または(有)グンディ信濃・トミー企画(TEL23・1706)へ。

平成24年文芸欄年間優秀作品表彰式

「広報うぐえだ」に毎月掲載している文芸欄の短歌・俳句・川柳の各部門で、平成24年の年間優秀作品が決まり、1月30日(水)に表彰式が行われました。
昨年1年間に投稿された作品数は、短歌979首、俳句1458句、川柳1565句で、この多くの作品の中から各部門の選者の先生方に優秀作品を選んでいただきました。

短歌 羽生田 めぐ美さん(浦野南団地)

引き受けるしかないのよと受話器よりをば大声にわれを励ます

俳句 松澤 昭一さん(北常田)

臥す友に団扇を使う見舞かな

川柳 中村 金時さん(山口)

難聴も聞く気で膝を寄せて来る

短歌 小宮山 久子 選

「ありがとう」病みたる夫が初に言う五十七年連れ添いて来て
菅平マイナス二十度と報じられネックウオーマーあこま
であげる
両耳をふさいで歌うハミングは昔ながらの蓄音機の音

佳作

孫の手を握り別れを告げるとき若き命の燃え立つ春よ

バンバンとテーブル叩く手のひらにわれの故なき苛立ちの色
石路の終の花なり冬ざれの庭につつましくひたすらに起つ

わが畑に父が遺しし梨の木を切るにしのびず剪定はじむ
わが畑に父が遺しし梨の木を切るにしのびず剪定はじむ

選者詠

上空に雲あり立つる冬の虹 新しき年ここにはじまる
へ評一首目 夫が初めて言ってくれた感謝の言葉。病床
の言であれば、作者の思いは複雑なのでしょう。夫婦の
歴史が伝わってきます。

訂正 2月16日号の俳句・選者吟「飛ばぬ種一つ残しぬ枯蓮」の「枯
蓮」は「枯蓮」の誤りでした。訂正してお詫びします。

俳句 島田 洋子 選

雪嶺の光をもらう指輪かな
素っぴんの丈夫さうなり初鏡
雪の鴨中州に寄りて石のごと

佳作

マスクして眼が光りある碁打ちかな

熱燗やこの世術なきこと多し
餅搗きや顔にとび来る米の粒

川風や鷺のたたずむ初景色
授業いまちらちら雪に落ちつかず
来し方の会話の弾む日向ぼこ
繭玉を掲げし子らと村の道
草氷柱一夜に育ち日を弾く
初詣幼の手にもお賽銭

選者吟

流される時は横向き小白鳥
へ評一句目 白く輝く雪嶺の光が、びんと張った空気を
貫き指輪を光らせた。大きな背景を描き、指輪という小
さなものに焦点を当てた見事な作品。

4月号の投稿方法 ○未発表作に限り種類ごと別々のはがきで裏面に住所
で。○添削を希望する場合は、往復はがきに御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。

川柳 齊藤 俊醉 選

陽だまりに雑談はずむ聞き上手
前向きに春へ飛躍の夢抱き
その先は問うまい涙溜めている

佳作

茶柱が福の足音引き寄せる
財布の紐ゆるめて孫の笑顔つる
薬持ち何処へでも行く元氣杖

鍋料理湯気の向こうに妻の顔
純白の雪を疑う核汚染
キッチン朝日さしこむ妻の城

雪景色窓辺で花と春を待つ
戻らない今日を愉快に生きている
朝の梅欠かさず食べて難のがれ

選者吟

神仏おたのみします孫受驗
へ評一句目 「陽だまり」暖かそう、話し上手の人は沢
山います、でも聞き上手の人っていいですね、私もこん
な仲間と話をしてみたい、聞いてくれますか。

◆住所 〒386-10025 天神2-14-74 ◆締め切り 3月29日(金)必着 田 市教育総務課 TEL23・5100



前列左から、受賞の羽毛田さん、松澤さん、中村さん

田 市教育総務課 TEL23・5100



4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	24年11月16～30日生	19日(金)	上田	12:30 ～ 13:45	
		24年12月 1～15日生	25日(木)			
		塩田・川西・川辺・泉田 の24年11月16日～ 11月30日生	9 日(火)	川西		
	1 歳 6 か月児	23年 9 月16～30日生	17日(水)	上田		12:30 ～ 13:15
		23年10月 1～15日生	24日(水)			
	2 歳児 歯科	23年 1 月 1～15日生	10日(水)	塩田		
23年 1 月16～31日生		23日(火)				
3 歳児	塩田・川西の23年 1 月 1 日～ 2 月28日生	11日(木)				
	22年 3 月 1～15日生	5 日(金)	上田	12:30 ～ 13:45		
	22年 3 月16～31日生	12日(金)				
塩田・川西の22年 2 月 1 日～ 3 月31日生	26日(金)	塩田				
教 室	7 か月児	24年 8 月16～31日生	11日(木)	上田	9:30 ～ 9:45	
		24年 9 月 1～15日生	25日(木)			
		塩田・川西・川辺・泉田 の24年 9 月生	19日(金)	川西		
	おたんじょう	24年 4 月 1～10日生	10日(水)	上田		
		24年 4 月11～20日生	18日(木)			
		24年 4 月21～30日生	24日(水)			

市内委託医療機関(個別)

健診	10か月児	24年5月16日～6月15日生	4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	4か月児	24年11月6日～12月15日生	丸子	12:30 ～ 13:15
	10か月児	24年6月生		
	1歳6か月児	23年9月生		
診	2歳児歯科	23年3・4月生	丸子	9:45 ～ 10:00
	3歳児	22年3月11日～4月19日生		
	7か月児	24年9・10月生	丸子	

◆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	4か月児	24年11・12月生	真田	13:00 ～ 13:15
	2歳児歯科	23年2～4月生		
	7か月児	24年9月生		
診	2歳児歯科	23年2～4月生	真田	9:00 ～ 9:15
	7か月児	24年9月生		
	7か月児	24年9月生	真田	

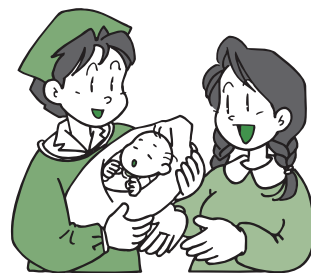
◆武石地域にお住まいの方 武石健康センター TEL85・2067

項目	対象者	実施日	会場	受付
健	4か月児	24年11月6日～12月15日生	丸子	12:30 ～ 13:15
	10か月児	24年6月生		
	1歳6か月児	23年9月生		
診	2歳児歯科	23年3・4月生	丸子	9:45 ～ 10:00
	3歳児	22年3月11日～4月19日生		
	7か月児	24年9・10月生	丸子	

ベビーサイン講座

赤ちゃんの手話やジェスチャーでコミュニケーションをとります。

- 日時** 4月16日、5月14日、6月18日、7月16日の火曜日午前10時30分～11時30分
場所 中央公民館
対象 生後6ヶ月～1歳6ヶ月児と保護者
定員 先着15組
参加費 400円(初日に徴収)
申込方法 4月9日(火)午前9時以降、電話で中央公民館へ。
問 中央公民館 TEL22・0760



◎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

上田情報ライブラリーの続き

対 象 幼児・児童とその保護者

参加費 無料(申込不要)

桑原伊づみソプラノコンサート

「春、4月の風に誘われて」をテーマに、美しい歌声をピアノ演奏とともにお贈りします。

日 時 4月20日(土)18:30～(開場18:00)

プログラム 「歌の翼に」、「ウィーンわが夢の町」、「あわて床屋」、「さくら横ちょう」ほか

定 員 先着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(要申込)

申し込み 3月23日(土)以降、電話で上田情報ライブラリーへ。

朗読とバイオリン・チェロのコラボレーション

うらかな桜の春、午後のひとときを朗読とバイオリン・チェロの演奏でお楽しみください。

日 時 4月20日(土)14:00～15:30

場 所 上田駅前ビル・パレオ 2階会議室

内 容 朗読／浅田次郎作「供物」、島田洋七作「佐賀のがばいばあちゃん」ほか、弦楽演奏／ウエーバー作「魔弾の射手」より ほか

出 演 いまあじゅの会(朗読)
デュオ・コモド(弦楽演奏)

対 象 朗読と音楽を楽しみたい大人の方

参加費 無料(申込不要)

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をお楽しみください。

日 時 4月21日(日)11:30～12:00(開場11:15)

内 容 絵本「ぐりとぐら」、「うしろにいろのだあれ」、パネルシアター ほか

対 象 幼児とその保護者

参加費 無料(申込不要)

エコ・ハウス

TEL23・5144

修理工房・包丁研ぎ(無料)

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)

行政チャンネル番組表

☎ 秘書課 TEL23・5149

行政チャンネルは上田ケーブルビジョンCATV009、丸子テレビ放送CA103チャンネルでご覧になれます(放送は朝5時～深夜0時まで)。

【ようこそ市長室へ】

「ようこそ市長室へ」は、第1金曜日から1週間放送します。毎月テーマを替えて、市政の重要課題や取組について市長がお話します。ぜひご覧ください。

●放映 4月5日(金)～11日(木)

放送時間帯	番 組
5:00～、7:00～ 10:00～、13:00～ 15:00～、18:00～ 20:00～、23:00～	市政企画番組、テレビ版広報うえだ、ひとまちげんき・健康プラザうえだ注目情報、上田のお宝発見!ほか。(30分番組)
これ以外の時間	記者会見、市議会での市長提案説明、地域のイベント、季節映像ほか。 上田市からのお知らせ、ウィークエンドリサイクル日程、休日緊急医、健診日程、今月の納税(文字放送)。

放送時間が変更になる場合もあります。

上田市
携帯サイト



4月の行事予定

イベント・ナビ
EVENT NAVI

期日	行事	問い合わせ先
	2013上田城千本桜まつり (～21日)	信州上田まつり実行委員会 (☎ 観光課) TEL23・5408
5日(金)	プレ・第4回全国つるし 飾りまつりin別所温泉 (～5月6日)	別所温泉観光協会 TEL38・3510
12日(金)	夜桜と食イベント 美味だれの酒場(～21日)	信州上田まつり実行委員会 (☎ 観光課) TEL23・5408
	ステージイベント 「遊芸の宴」	☎ 文化振興課 TEL23・6361
13日(土)	春の信州上田 うまいもん大集合!! (・14日・20日・21日)	信州上田まつり実行委員会 (☎ 観光課) TEL23・5408
	アーティスト野外ライブ	
14日(日)	アーティスト 夜桜スペシャルライブ 第9回桜コンサート	信州上田まつり実行委員会 (☎ 観光課) TEL23・5408
20日(土)	信州上田おもてなし武将隊 「真田幸村と十勇士」 パフォーマンス	信州上田まつり実行委員会 (☎ 観光課) TEL23・5408
21日(日)	一心様の火渡り・刃渡り	☎ 産業観光課 TEL85・2828
28日(日)	鹿教湯文殊堂春祭り	鹿教湯温泉観光協会 TEL44・2331
29日 (月・祝)	第31回上田真田まつり	信州上田まつり実行委員会 (☎ 観光課) TEL23・5408

マルチメディア情報センター

TEL39・1000 URL <http://www.umic.jp/>

iPad・スマートフォンを楽しもう！

- 日時** 4月4日(木)19:00～21:00
- 対象** iPadやスマートフォンに興味がある方
- 定員** 先着20名(最小開催人数5名)
- 受講料** 無料
- 申し込み** 3月26日(火)～4月2日(火)に電話でマルチメディア情報センターへ。

EXCEL初心者ゆっくり講座3日間コース[EXCEL2010使用]

- 日時** 4月8日・15日・22日の月曜日9:30～12:00
- 対象** 文字入力のできる方
- 定員** 先着20名(最小開催人数5名)
- 受講料** 3,500円(別途テキスト代1,260円)
- 申し込み** 3月26日(火)～4月7日(日)に電話でマルチメディア情報センターへ。

PowerPoint夜間講座[PowerPoint2010使用]

基礎から学びたい方のための講座です。

- 日時** 4月18日(木)19:00～21:00
- 対象** キーボード・マウス操作のできる方
- 定員** 先着20名(最小開催人数5名)
- 受講料** 1,500円
- 申し込み** 3月26日(火)～4月16日(火)に電話でマルチメディア情報センターへ。

ICTジュニア(上田パソコンクラブ)平成25年度前期

- 活動日/内容** 4月20日、5月18日、6月15日の土曜日／レゴブロックを動かそう。7月13日、8月24日、9月14日の土曜日／3DSでアクションゲームを作ろう(全6回)
- 時間** 13:00～16:00
- 対象** 小学4年生～高校生
- 受講料** 3,000円(6回分)
- 定員** 20名(申し込み多数の場合は抽選)
- 申し込み** 4月15日(月)(必着)までに氏名・性別・住所・電話番号・学校・学年・保護者の氏名を記入、押印のうえ、郵送(〒386-1211 下之郷812-1)、またはFAX(39・1010)で、マルチメディア情報センターへ。

上田まんがクラブ参加者募集(平成25年度前期)

◇大人向けクラス(全6回)

- 日時** 4月～9月の毎月1回、日曜日または祝日の13:00～16:00
- 第1回／4月21日(日)、第2回／5月19日(日)予定

マルチメディア情報センターの続き

- 講師** 小西あゆみ氏(イラストレーター)
- 対象** 18歳以上
- 定員** 10名(申込多数の場合は抽選)
- 受講料** 3,000円(全6回分)

◇子ども向けクラス(全12回)

- 日時** 4月～9月の毎月2回、日曜日または祝日の10:00～12:00
- 第1回／4月14日(日)、第2回／4月28日(日)予定
- 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(申込多数の場合は抽選)
- 受講料** 6,000円(12回分)

※子ども向けクラスの会場は、デジタル彩色の3回を除き上田情報ライブラリーです。

◇共通事項

- 内容** マンガの描き方(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** 4月8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・保護者氏名と押印)を記入のうえ、郵送(〒386-1211 下之郷812-1)またはFAX(39・1010)でマルチメディア情報センターへ。
- 作品展示** 3月27日(火)～4月8日(月)に上田情報ライブラリーで平成24年度後期参加者の作品を展示します。
- 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掲載しません)。

上田情報ライブラリー

TEL29・0210

ビジネスコース仕事の基本セミナー

- 日時** 4月19日(金)18:30～20:00
- テーマ** 起業に向けて(新しく仕事に取組む)
「未来から自分を見てみよう・自分の夢は何か」～自分の棚卸(たぐり)をしてみよう～
- 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、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** 3月23日(土)以降、電話で上田情報ライブラリーへ。

図書館員と図書館員のたまごたちによるおはなし会

- 日時** 4月20日(土)11:00～11:30

狂犬病予防注射を必ず受けましょう！

狂犬病は、発症するとほぼ100%死に至る恐ろしい病気です。世界中で毎年約5万人が死亡しています。狂犬病予防法により、犬の飼い主には毎年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。

●対象となる犬

生後91日以上すべての飼い犬(室内犬や譲り受けた犬も対象)

○登録済み 飼い主に予防注射申請はがきを送付しますので、忘れずに会場にお持ちください。

○新規登録 犬を連れて最寄りの会場へお出かけください。

※健康に異常のある犬や、過去に狂犬病予防注射で異常を起こしたことがある犬は、動物病院で接種してください。やむを得ず集合注射会場で接種する場合は、当日健康に異常があることを申し出てください。

※会場は混み合いますので、リードをつけ、事故が起きないように注意してください。

※会場や巡回コースが昨年と変更になっている場合がありますので、よくご確認ください。

●手数料(つり銭のないようにお願いします)

○登録済みの犬(注射のみ) 3,220円 ○新規登録の犬(注射+登録料) 6,220円



■平成25年度 犬の登録・狂犬病予防注射日程表

●上田地域会場

☎生活環境課 TEL22・4140

地区	場 所	期 日	時 間
東 部	踏入公会堂	4月8日(月)	9:00~9:30
	東部地区防災センター		9:50~10:10
南 部	南天神町会館	4月18日(木)	9:00~9:20
中 央	北大手町会館		9:00~9:20
	上田市役所西庁舎前		9:40~10:00
北 部	鍛冶町会館	4月8日(月)	9:00~9:20
	新田自治会館		9:40~10:10
	大星児童センター	4月17日(水)	9:00~9:30
	上川原柳町公会堂		9:50~10:10
西 部	山口自治会館		10:30~10:50
	西脇会館	4月9日(火)	9:00~9:20
	緑が丘会館		9:40~10:10
	西部公民館	4月18日(木)	9:40~10:10
城 下	常磐町自治会館		10:30~10:50
	城南公民館	4月10日(水)	10:10~10:40
	朝日が丘児童館	4月11日(木)	10:10~10:40
	中村公民館		11:00~11:20
	諏訪形公民館	4月15日(月)	10:10~10:40
	御所公会堂	4月19日(金)	9:50~10:20
	三好町会館		10:40~11:00
	千曲町自治会館	4月22日(月)	9:00~9:30
	下塩尻公民館	4月10日(水)	9:00~9:30
	塩尻地区公民館		9:50~10:10
川 辺 ・ 泉 田	秋和自治会館		10:30~11:00
	川辺町会館	4月10日(水)	9:00~9:50
	神畑公民館	4月11日(木)	9:10~9:40
	川辺・泉田 防災センター	4月12日(金)	10:00~10:30
	報恩寮前	4月15日(月)	9:10~9:40
	築地公民館	4月16日(火)	10:40~11:00
	川辺町会館	4月19日(金)	9:00~9:30
	JA信州うえだ泉田店裏		9:10~9:30
	下之条公民館	4月22日(月)	9:50~10:20
	下半過 生活改善センター	4月26日(金)	9:00~9:10
	半過公民館		9:30~9:50
	山口生活改善センター		10:10~10:30
	上沢公民館	4月9日(火)	9:00~9:30
神 川	信濃国分寺資料館		9:50~10:20
	みすず台南公民館	4月11日(木)	9:00~9:20
	大屋公民館	4月22日(月)	9:50~10:20
	下青木公民館	4月23日(火)	9:00~9:30

地区	場 所	期 日	時 間
神 科	富士見台自治会館	4月12日(金)	9:10~9:40
	上野が丘公民館		10:00~10:50
	染屋自治会館	4月22日(月)	9:00~9:30
	岩門公民館	4月23日(火)	9:50~10:10
	西野竹自治会館		10:30~11:00
	消防団第12分団詰所	4月24日(水)	9:00~9:30
豊 殿	金井公民館		9:50~10:20
	ひかりが丘団地集会所	4月11日(木)	9:40~10:00
	農村環境改善センター		10:20~10:50
	まほろばの里交流会館	4月23日(火)	9:10~9:40
	下郷生活改善センター		10:00~10:20
	町吉田公民館		10:40~11:00
東塩田	東塩田老人集会所	4月15日(月)	9:10~9:50
	塩田地区構造改善センター	4月24日(水)	9:10~9:40
	下之郷公民館		10:00~10:30
中塩田	塩田地域自治センター	4月15日(月)	10:10~10:50
	学海南自治会館	4月17日(水)	10:00~10:20
	下本郷公民館		10:40~11:00
	舞田公民館	4月25日(木)	9:10~9:30
	保野公民館		9:50~10:20
	塩田地域自治センター		10:40~11:10
西塩田	八木沢公民館	4月26日(金)	9:20~9:40
	山びこの家(旧西塩田事業所)	4月16日(火)	9:10~9:40
	西塩田会館	4月17日(水)	9:10~9:40
別 所	野倉公民館	4月26日(金)	10:40~11:00
	別所温泉あいそめの湯	4月16日(火)	10:00~10:30
		4月26日(金)	10:00~10:20
川 西	小泉区民会館	4月12日(金)	9:10~9:40
	川西地区防災センター	4月16日(火)	9:10~9:30
	ひばりが丘地区 生活改善センター		9:50~10:10
	仁古田公民館	4月19日(金)	9:50~10:10
	浦里児童クラブ		10:30~10:50
	上室賀基幹集落センター	4月25日(木)	9:10~9:30
	下室賀生活改善センター		9:50~10:10
	浦里児童クラブ		10:30~10:50
全 市	合同庁舎正面玄関	4月14日(日)	9:00~11:00
		4月21日(日)	9:00~11:00
	上野が丘公民館	6月23日(日)	8:50~9:20
	合同庁舎正面玄関		9:40~10:30
	塩田地域自治センター		11:10~11:40

●丸子地域会場

問 市民生活課 TEL42・1216

地区	場 所	期 日	時 間
内 村	コミュニティセンター 榎実の家	5月10日(金)	10:50～11:05
	辰ノ口公民館		11:15～11:30
	上和子公民館		8:45～8:55
	荻窪公民館	5月16日(木)	9:05～9:20
	宮沢公民館		9:35～9:45
	平井区公民館		9:55～10:05
	穴沢公民館		10:20～10:30
	高梨公民館		10:45～10:55
	鹿教湯温泉 交流センター		11:10～11:25
丸子 中央	八日町公民館	5月8日(水)	8:50～9:10
	下丸子公民館		9:20～9:40
	沢田公民館	5月10日(金)	8:45～9:00
	三反田公民館		9:15～9:45
	腰越公民館		9:55～10:35
	解放センター	5月13日(月)	8:40～8:50
	中丸子公民館	5月15日(水)	8:50～9:40
依 田	上組公民館	5月7日(火)	8:50～9:10
	北原公民館		9:25～9:45
	依田茂沢公民館		10:00～10:20
	中山公民館	5月13日(月)	9:05～9:20
	三角公民館		9:35～9:50
	コミュニティセンター 熊の森		10:05～10:45
	尾野山公民館		11:05～11:20
長 瀬	長瀬市民センター	5月7日(火)	10:40～11:20
	東組公民館	5月8日(水)	10:00～10:20
	上平南公民館	5月14日(火)	9:00～9:20
	東街道公民館	5月15日(水)	10:00～10:15
塩 川	コミュニティセンター 塩川	5月8日(水)	10:40～11:20
	郷仕川原公民館		9:40～9:50
	南方公民館	5月14日(火)	10:10～10:40
	藤原田公民館		11:00～11:20
	狐塚公民館		10:30～10:50
	坂井公民館	5月15日(水)	11:00～11:20
全地区	丸子地域自治センター	5月19日(日)	8:30～10:00
		6月30日(日)	8:30～9:00

●真田地域会場

問 市民生活課 TEL72・0154

地区	場 所	期 日	時 間
長	長地区コミュニティ 消防センター	4月22日(月)	9:35～9:50
	菅平高原 国際リゾートセンター		10:20～10:50
	真田公民館	4月23日(火)	9:45～10:00
	戸沢公民館	4月24日(水)	10:25～10:40
	横沢公民館	4月26日(金)	9:00～9:20
	大日向公民館		9:30～9:50
	渋沢公民館		10:00～10:10
	菅平高原 国際リゾートセンター		10:30～10:50
	真田地域自治センター前	4月27日(土)	10:30～11:00
	横道公会堂	4月22日(月)	9:00～9:20
傍 陽	傍陽小学校東側駐車場	4月23日(火)	10:15～10:30
	入軽井沢公民館	4月25日(木)	9:00～9:15
	傍陽西部地区 コミュニティセンター		9:25～9:40
	曲尾公民館		9:50～10:10
	傍陽小学校東側駐車場	4月27日(土)	9:00～9:30
本 原	本原担い手研修センター	4月23日(火)	9:00～9:30
	下原公民館	4月24日(水)	9:00～9:20
	本原地区コミュニティ 消防センター		9:30～9:45
	竹室公民館		9:55～10:10
	荒井公民館	4月25日(木)	10:20～10:40
	本原担い手研修センター	4月27日(土)	9:45～10:15

●武石地域会場

問 市民生活課 TEL85・2827

地区	場 所	期 日	時 間
全地区	武石公民館	4月21日(日)	8:00～9:00
武 石	鳥屋公民館	4月24日(水)	9:00～9:30
	沖公民館		9:35～10:05
	藪合公民館		10:10～10:40
	七ヶ公民館		10:45～11:05
	武石公民館		11:10～11:30
武 石	上武石公民館	4月25日(木)	9:00～9:10
	下本入公民館		9:15～9:30
	下小寺尾公民館		9:35～9:45
	上本入生活改善センター		9:50～10:10
	小沢根公民館		10:25～10:45
	余里公民館		10:50～11:05

犬のしつけ方教室

問 長野県動物愛護会上小支部(上田保健福祉事務所内) TEL25・7153

◇学科

日 時 4月20日(土)午後1時30分～3時30分
(1時受付開始)

場 所 上田合同庁舎南棟2階会議室

◇実技

日 時 4月27日・5月11日・18日・25日・6月
1日(予備日6月8日)の土曜日、午後
1時30分～3時(1時受付開始)

場 所 上田合同庁舎駐車場

◇共通事項

受講資格 登録、狂犬病予防注射、その他伝染病
予防注射済みの1歳未満の飼い犬。原
則として全日程(6回)受講可能な方。

受講料 5,000円(初回に徴収)

持ち物 受講料、登録鑑札とワクチン接種など
の証明書

申し込み 4月19日(金)までに、電話で長野県
動物愛護会上小支部へ。



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)

12日(金)・26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)

9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

11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)

17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

11日(木)13:00～16:00 上田情報ライブラリーセミナールーム

8日(月)・18日(木)9:00～11:30 丸子ふれあいステーション

6日(土)9:00～11:30 真田総合福祉センター

8日(月)9:00～11:30 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

長野地方法務局上田支局 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 (できるだけ予約すること)

毎週木曜日10:00～17:00 (をおすすめします)

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)

25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)

8日(月)・22日(月)14:00～16:00

ひとまちげんき・健康プラザうえだ

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 上田市秘書課宛

▶TEL 23・5149 ▶FAX 23・5241

▶Eメール koho@city.ueda.nagano.jp

上田商工会議所 TEL22・4500

法律相談(要予約) 17日(水)13:30～15:00 上田商工会議所

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

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

9日(火) 市役所南庁舎

23日(火) 丸子ふれあいステーション

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

災害や安全・安心に関する情報をいつでも、どこでも

緊急情報はメール配信で

登録は、次のアドレスに空メールを送るか、右の二次元コードをご利用ください。

Eメール mail_reg@www.city.ueda.nagano.jp

秘書課 TEL23・5149



登録アドレス

(2月21日現在の登録状況)

不用品交換情報

(取り引きは無料です)

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

●ゆずります

チャイルドシート／子ども座卓用イス／スキーウェア(140cm)／すべり台／おむつ専用ごみ箱／アナログテレビ／コタツ／オイルヒーター／冷蔵庫／セミダブルベッド／ロフティベッド／介護用ベッド／本棚／丸型座卓／雛人形／絵の具セット／電話機／スーツケース／毛糸／ピアノ／よもぎ蒸しエステセット／ポータブルトイレ／ベビーバス

●ゆずってください

ジュニアシート／トレーニングパンツ／ベビーガード／ビデオデッキ／ノートパソコン／自転車(26～27インチ)／石油ファンヒーター／ガスコンロ／石油ストーブ／スキーセット(子ども用)／ぶらさがり健康器／卓球台(折りたたみ式)／ゴルフセット／一眼レフカメラ／着物／編み機／盆栽用鉢／漬物用瓶／キーボード／三味線／スキーウェア(女児100cm)／鯉のぼり用ポールと台／イス(大人用)

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。