

## CONTENTS

- 1 資源循環型施設建設候補地説明会
- 2 景観計画・景観条例3月1日施行
- 4 情報ア・ラ・カルト
- 12 文芸
- 13 2月の乳幼児健診・教室
- 14 行政チャンネル番組表、イベント・ナビ、施設イベント
- 16 2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

## 全市民の皆様を対象に 資源循環型施設建設候補地について 説明会を開催します

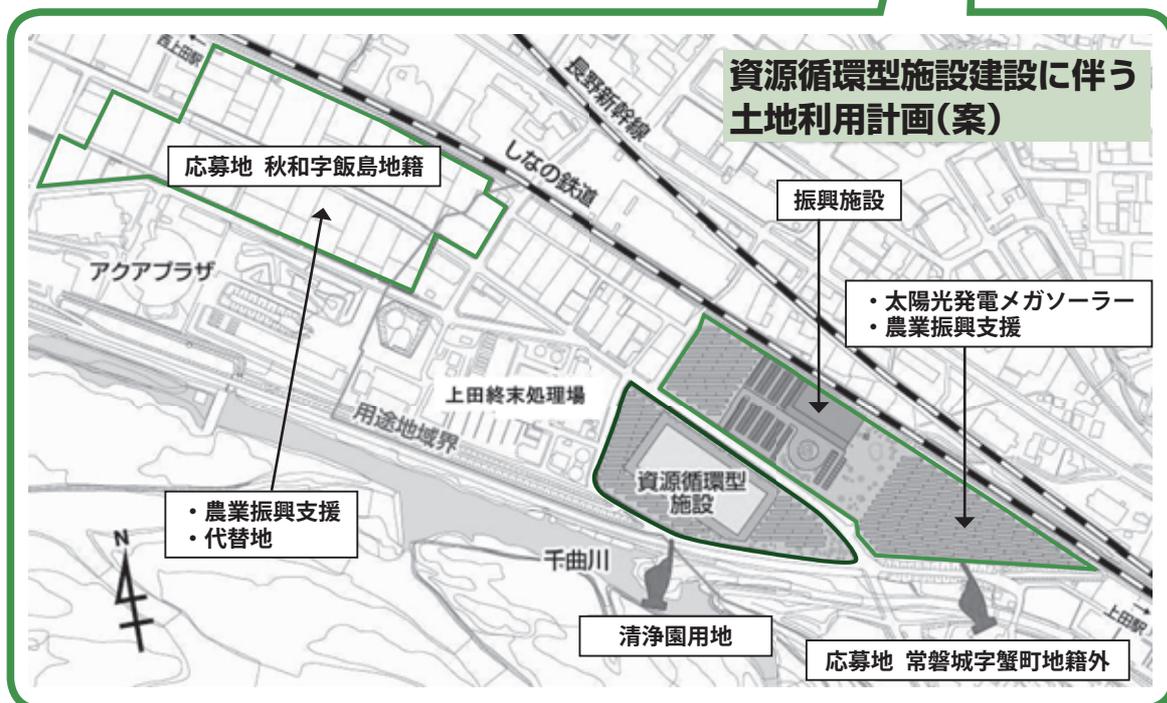
上田地域広域連合において計画している資源循環型施設(統合クリーンセンター・統合リサイクルプラザ)の建設候補地について、昨年6月に上田市内の2箇所の応募地に清浄園敷地を含めた一体的な土地利用という新たな提案がなされました。市では、広域連合との連携・協力のもとに鋭意取組を進めています。

この提案の詳細について、ご説明させていただき、皆様からご意見をお聞かせいただきたいと思います。

当日は、母袋市長(広域連合長)をはじめ、関係する副広域連合長全員が出席し、意見交換をさせていただく予定ですので、大勢の皆様のご参加をお待ちしております。

期 日	時 間	場 所
2月8日(金)	午後7時～9時頃	ひとまちげんき・健康プラザ うえだ2階多目的ホール (TEL23・8244)
2月9日(土)	午後2時～4時頃	

**問い合わせ** 上田市廃棄物対策課 TEL22・0666  
上田地域広域連合事務局  
ごみ処理広域化推進室 TEL43・8818



# 上田市景観計画に基づく 新しい届出制度が はじまります

市民共通の大切な資産である  
上田市の景観を守り、育て、生かすため、  
市では景観法に基づく「上田市景観計画」を策定し、  
3月1日から施行します。

問 市 都市計画課 TEL23・5127

市では、平成18年の市町村合併に伴い、これまで旧上田市の景観条例を全市に適用し、景観行政に取り組んできましたが、この条例は景観法に基づかない自主条例であり、また、景観形成のための基準が具体的な数値などで示されていないなど、規制には限界がありました。

このため、より効果的に美しい自然や歴史と文化が生きる魅力ある景観づくりを進めていくため、景観条例を改正し、景観法に基づく「上田市景観計画」を策定しました。

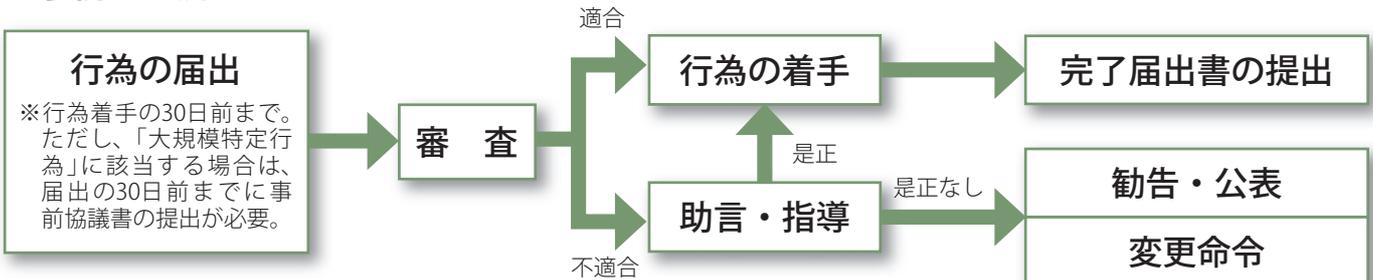
## ■景観計画とは

景観法に基づき、景観行政団体（上田市は平成24年3月1日に移行）が定める景観に関する基本的な計画のことです。景観計画には、計画の区域、景観形成の方針やルールなどを定めることとされており、その内容は地域の実情に応じて柔軟に策定することが可能です。

## ■事前相談をお願いします

3月1日以降、景観計画と改正景観条例に基づく新しい届出制度などが始まりますので、定められた規模を超える建築物や工作物、開発などの行為を予定している方は、都市計画課までご相談ください。なお、景観計画は、市ホームページからご覧いただけます。

## ■手続きの流れ



## ■行為の制限(規制)について

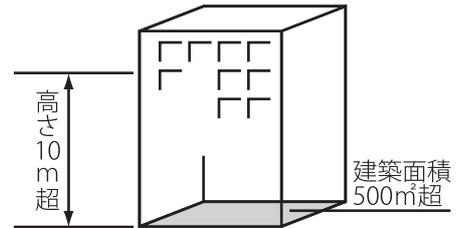
景観形成に影響を及ぼす一定規模以上の建築物、工作物、開発行為などに対する届出制度を基本とする規制誘導の仕組みです。

これまで、一定の行為について届出を義務付け、景観形成基準に適合するよう助言や指導を行ってまいりましたが(大規模行為の届出)、よりきめ細かな景観形成を行うため、景観法に基づき、「届出対象行為と規模」および「景観形成基準」を見直しました。

### ◎届出対象行為と規模

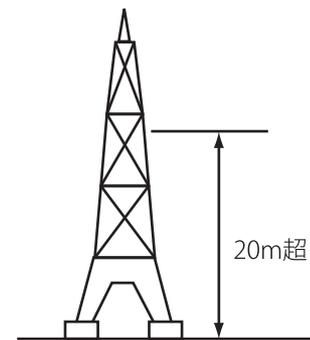
行 為		規 模
建築物	●新築 ●増築 ●改築 ●移転	高さ10mまたは建築面積500㎡超
	●外観変更	変更にかかる面積が400㎡超
工 作 物	●新設 擁壁、垣、柵、塀など <small>ようへき かき</small>	高さ3mかつ長さ30m超
	●増築 プラント類、自動車庫、飼料・肥料・石油・ガスなどを貯蔵する施設、ごみ処理施設など	高さ10mまたは築造面積500㎡超
	●改築	
	●移転	
	●外観変更 電気供給・電気通信施設	高さ20m超
	上記以外の工作物	高さ10m超
開発行為 (土地の開墾、土石の採取、 <small>くっさい</small> 掘採その他の土地の形質の変更)		<ul style="list-style-type: none"> <li>面積3,000㎡、または生じる法面・擁壁が高さ3mかつ長さ30m超<small>のりめん</small></li> <li>宅地造成については、面積3,000㎡、または建築計画戸数10戸、または生じる法面・擁壁が高さ3mかつ長さ30m超</li> <li>屋外駐車場・駐輪場の設置については、面積1,000㎡超(旧城下町*は面積300㎡超)</li> </ul>
木の伐採		伐採する面積が3,000㎡超(旧城下町は面積300㎡超)
屋外における物件の堆積		堆積の高さ3mまたは面積1,000㎡超
特定外観意匠 <small>いしやう</small> (屋外広告物など)		面積25㎡超

### ■建築物



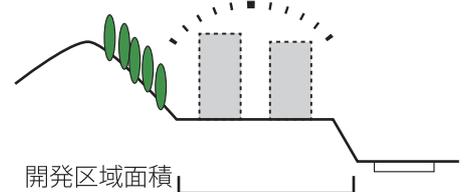
### ■工作物

(電気供給・電気通信施設)



### ■開発行為

面積が3,000㎡を超えるもの等



届出は、着工の30日前まで。なお、この表に該当する行為でも、行為の目的や他法令の規定などにより、届出が不要となる場合がありますので、問い合わせください。  
※旧城下町 上田駅および上田城跡公園を中心とした古くからの市街地

### ◎事前協議

届出対象行為のうち、特に規模の大きな行為(大規模特定行為)については、届出の30日前までに事前協議書の提出が新たに必要になります。

- ・大規模特定行為
  - ア 延べ面積3,000㎡または高さ20mを超える建築物
  - イ 築造面積1,000㎡または高さ30mを超える工作物

### ◎景観形成基準(主な変更点)

- ・景観計画区域は上田市全域とし、地域区分をこれまでの「市街地、沿道、田園、山地」の4地域に、新たに「旧城下町」を加えた5地域とします。地域区分ごとに景観形成基準を定めます。
- ・これまで抽象的だった色彩や緑化、建築物の高さについて、具体的な数値で基準を示します。
- ・当該行為が景観形成基準に適合していなければ、指導・勧告などを行います。また、場合によっては、景観法に基づき設計変更命令などの措置をとることがあります。

## お知らせ

Information A La Carte

### 住宅・土地統計調査の 単地区設定にご協力を

2月1日を基準日に、「平成25年住宅・土地統計調査」の準備として単地区の設定が行われます。県から任命された指導員が、1月下旬から2月上旬に担当する調査区へ出向き、調査区内の住戸(住宅および住宅以外で人が居住している建物)数を確認したり、調査地域の境界の確認・設定などを行いますので、ご理解とご協力をお願いします。

☎情報推進課 TEL23・2235

### 「相続登記はお済みですか 月間」を実施

相続登記をはじめ、遺言、遺産分割協議などに関連する無料相談を司法書士が受け付けます。

- 日時 2月1日(金)〜2月28日(木)
  - 場所 県内各司法書士事務所
  - 予約 相談する司法書士事務所に申し込みください。
- ☎長野県司法書士会(丸山)  
TEL026・244・6335

### 高齢者の障害者・医療費 控除の申告書類を発行

申請いただくと、税の申告で次の控除を受けるために必要な書類を發

## お知らせ/催し

行します。

### ◇障害者控除

障害者手帳などをお持ちでない65歳以上の方で、要介護(要支援)認定を受けている方のうち、身体障がい者または知的障がい者に準ずると認められる方(またはその方を扶養している方)に、障害者控除対象者認定書を発行します。年齢にかかわらず、6か月以上寝たきりで複雑な介護を要する方は、認定書は不要です。

### ◇医療費控除

要介護認定を受けていて、おむつ代の医療費控除を受けるのが2年目以降の方のうち、要介護認定にかかると主治医意見書の内容から、寝たきりの状態、尿失禁の可能性があると確認できる方に、医師によるおむつ使用証明書に代わる書類を発行します。なお、おむつ代の医療費控除申告が1年目の方は、医師の証明書が必要です。

※対象にならない場合もありますので、まずはご相談ください。

### ☎高齢者介護課

- ☎健康福祉課 TEL23・5140
- ☎健康福祉課 TEL42・0092
- ☎健康福祉課 TEL72・4700
- ☎健康福祉課 TEL85・2119

### 障がいのある方の 軽自動車税が減免に

障がいのある方などが所有する軽自動車(二輪を含む)には、軽自動車

税の減免制度があります。新規あるいは対象車両の変更などにより申請される方は、税務課または各地域自治センター軽自動車税担当窓口で手続きをしてくださ(障がいの種別や等級によっては、対象とならない場合があります)。

- 手続きに必要なもの ①身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳など、障がいの程度がわかるもの。②車検証、③運転免許証、④印鑑、⑤運転を家族の方がする場合は同一生計証明書
- その他 減免は一人1台のみで、自動車税の減免を受けている場合、軽自動車税は減免になりません。

☎税務課 TEL23・5169

### 雲溪荘スキーリフト券付 宿泊パックのお知らせ

- 期間 3月31日(日)まで
  - 場所 雲溪荘
  - 内容 武石番所ヶ原スキー場リフト券2日分が付いて大人8800円、小学生以下6000円。申し込みなど詳細は、雲溪荘に問い合わせください。
- ☎雲溪荘 TEL85・2263

### 雲溪荘「ぶちいれ鍋」 宿泊プラン

「ぶちいれ鍋」とは武石地域の伝承

料理で、地元野菜をたっぷり煮込んだ手打ちの味噌煮込みうどんです。この料理をメニューに取り入れた宿泊プランと、蓼科牛(たづな)を選べるプランを始めましたので、ご利用ください。

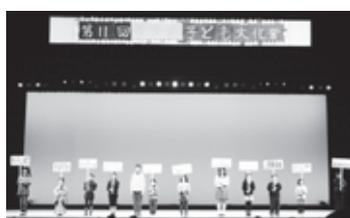
- 期間 3月31日(日)まで
  - 場所 雲溪荘
  - プラン/料金 ①ぶちいれ鍋プラン/1泊2食大人6000円、小学生以下5000円、②蓼科牛プラン/1泊2食大人7000円、小学生以下5000円
- ☎雲溪荘 TEL85・2263

## 催し

Information A La Carte

### 第12回 うえだ子ども文化祭

- 上田市文化少年団に加盟する11団体から、地域の子どもたち約600名が参加・出品します。
  - 日時 2月9日(土)午後1時〜4時(展示のみ)。2月10日(日)午後1時30分〜4時30分頃(開場1時)
  - 場所 市民会館ホール(舞台)、ホワイエ(展示)
  - 入場料 無料
- ☎上田市文化少年団事務局(☎文化振興課内) TEL23・6361



# お知らせ

## 交流・文化施設

### 市交流・文化施設建設 ミニ・ミュージアムの貸出受付を開始

現在、建設中の交流・文化施設の敷地内に、施工者から総合評価方式による入札時に提案された「ミニ・ミュージアム」(展示空間・約30㎡)が開設されました。広く市民の皆様にご利用いただけますよう、2月4日(月)から貸出受付を開始します。

なお、このミュージアムの隣には、市職員常駐の現地事務所を開設し、交流・文化施設に関する資料を配布するほか、完成イメージのDVDもご覧いただけます。皆さんお気軽にお立ち寄りください。

問 市交流・文化施設建設室 TEL23・5219  
市交流・文化施設建設室 現地事務所 TEL26・5621



### 平成24年度山本鼎記念館 美術教室作品展

一年間「自分らしさ」を作品の中に表現しようと、創作に励んできた美術教室受講生の力作をご覧ください。

- 催事名/期間(日付順)
- 洋画B教室展(経験者・OB)
- ／2月7日(木)～11日(月・祝)
- 版画教室展(初心者・経験者)
- ／2月15日(金)～19日(火)
- 木彫教室展(初心者・経験者・OB)
- ／2月22日(金)～26日(火)
- 洋画A教室展(初心者・OB)
- ／3月1日(金)～5日(火)



- 時間 午前9時～午後4時30分  
(各展覧会最終日は3時まで)
- 場所 山本鼎記念館1階講習室
- 入場料 無料(他の展示室は有料)
- 休館日 毎週水曜日と2月12日(火)
- 山本鼎記念館 TEL22・2693

### 映画「シエーナウの想い」 上映会を開催

チエルノブイリ原発事故をきっかけに「自然エネルギー社会を子どもたちに」という思いから、ドイツ史上初の「市民の市民による市民のための」電力供給会社を誕生させるまでの軌跡をつづるドキュメンタリーです。自然エネルギーについてみんなで考えましょう。

- 日時 1月26日(土)午後1時30分～3時30分
- 場所 中央公民館
- 参加費 無料(申し込み不要)
- 問 うえだ環境市民会議(生活環境課内) TEL23・5120

### Kodama金曜サロン バレンタインスぺシャル

バレンタイン特別企画として、コンサートの前にミニワインセミナーを開催します。催しあわせでお楽しみください。

- 日時 2月8日(金)午後6時30分～8時30分(開演7時30分、ミニワインセミナー午後6時30分～7時)



Hyun-hyun 氏

### 30分 場所 信州国際音楽村ホールこだま

- 出演 Rung Hyang(シンガロングライター・ピアニスト・サウンドプロデューサー)
- 料金 1500円(ドリンク・お菓子付き)
- チケット 信州国際音楽村、平安堂上田・上田しおだ野店、丸子文化会館ほかで販売
- 問 (財)信州国際音楽村 TEL42・3436

### 着物でジャズを 楽しみましょう

市街地の個性ある商店を多くの人知ってもらおうと活動する上田のれん会が演奏会を開催します。ジャズやポップスのスタンダードナンバーを、たまには着物を着て楽しめませんか。

- 日時 1月26日(土)午後7時開演(開場6時30分)
- 場所 ゆたかや(中央2-2-16)
- 出演 池田圭一氏(ハーモニカ)、新村邦明氏(ピアノ)
- 参加費 2000円(ワンドリンク付き)
- その他 申し込みなど詳細は電話で事務局へ問い合わせください。
- 問 上田のれん会連絡事務局(ヤマ) TEL22・3111

催し

## お知らせ

### 水道管布設替工事に伴う通行規制

老朽化した水道管の布設替工事に伴い、国道18号を夜間片側通行に規制します。ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

#### ●場所

国道18号常田三丁目  
(長野トヨペック様～主要地方道小諸上田線)

#### ●期間

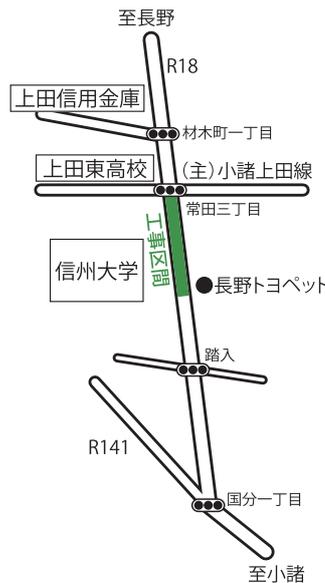
2月上旬～5月下旬(交通量の多い年度末および大型連休は休工します)

#### ●内容

夜間車両片側交互通行

#### 問 市 上水道課

TEL23・5434



催し/講座・教室

### 放送大学生涯学習フェア

●日時 2月2日(土)午前10時～午後4時30分

●場所 上田駅前ビル・パレオ2階会議室

#### ●時間/内容

・午前10時～/放送大学を知ろう(授業体験・何でも相談コーナー)  
・午後1時～/講演「浅間山火山の噴火と災害について」三宅康幸氏(信州大学理学部教授)、体験発表「放送大学に学んで」竹内與氏(放送大学大学院選科生)

●参加費 無料(申し込み不要)

問 放送大学長野学習センター  
TEL 0266・58・2332

### 上小児童生徒版画展

●日時 1月25日(金)～2月4日(月)前9時～午後4時30分

(1月30日(水)は休館。最終日は午後4時まで)

#### ●場所

山本鼎記 念館1階 講習室

#### ●入場料

無料(その他の展示室は有料)



問 上小美術教育研究会事務局(第二中学校内・日岐)  
TEL 22・0103

### 講座・教室

#### おいしく体にやさしい「韓菓」講座

韓国のお菓子は、健康に良い漢方が食材として使われていたり、歯ごたえが良いなどの特徴があります。「体に良い」韓国のお菓子づくりを学ぶ講座です。

●日時 2月11日(月・祝)午後1時30分～4時

●場所 西部公民館

●講師 高田寛子氏(管理栄養士、料理研究家)

●定員 先着16名

●参加費 100円(別途材料費1400円)

●持ち物 エプロン、三角巾(手拭い、バンダナ可)、筆記用具、容器(持ち帰り用)

●申し込み 1月25日(金)以降、電話または西部公民館窓口へ。

問 西部公民館 TEL 27・7544

#### 体の内外から美しくなる「醗酵料理」講座

実際に塩麴を作ることから始め、麴についての知識や手軽に麴を普段の料理に取り入れる方法を学びます。

●日時 2月7日・14日・21日の木曜日 午前9時30分～午後1時

●講師 高田寛子氏(管理栄養士)

<広告欄>

## 消費者金融に長年返済

されていませんか? **無料相談実施中!**

消費者金融に長年返済されている方は、**利息を払い過ぎている可能性**があります。詳しくはお問い合わせ下さい。

**お気軽に  
お電話ください!**

こんなお手伝いが可能です。まずはご相談下さい。

**認定司法書士が親身にサポート**

**取り立てを止めたい!**

返済が終わっていても、取引終了から10年未満であれば「過払い請求」が可能なケースもあります。

**完済した借金を取り戻したい!**

消費者金融業者と長期間の取引(借入・返済の繰り返し)があると、利息を払い過ぎていない場合があります。

**過払い請求したい!**

**上田佐久 債務整理 相談センター** 運営/上田佐久司法書士事務所  
認定司法書士/塩川洋昌(長野県司法書士会所属)

0120-112-489

代表電話/0268-71-0485  
予約受付/10:00～19:00(平日)

〒386-0023 上田市中中央西1-15-34 紺屋町ビル1階 ※滝沢駐車場No.1～3をご利用ください。

## ようこそ市長室へ

12月に訪問した方の中から紹介します。



大阪府で開催されるJOCジュニアオリンピックカップ「第26回全国都道府県対抗中学バレーボール大会」に長野県選抜男子、女子チームの選抜選手として出場する鈴木峻矢さん(第六中3年・写真右端)と水沢柚さん(第六中3年・写真左端)が12月19日に市長を訪問しました。鈴木さんは「応援してくれた人への感謝の気持ちを忘れず、大阪で日本一をとりたい」、水沢さんは「選抜に選ばれなかった人の気持ちを背負って大阪で優勝したい」と大会への意気込みを話していました。

※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)で放映しています。

## 介護予防体操

- 期日/場所 2月14日(木) / 高齢者福祉センター、同月15日(金) / 堀之内公民館(武石)、同月18日(月) / 真田老人福祉センター、同月19日(火) / 丸子長瀬市民センター
- 時間 午前11時～正午
- 申し込み 不要(参加費無料)
- 高年齢者介護課
- TEL 23・5140

- 料理研究家) 内容 ①塩麴ごはんのおむすび、塩麴もちこしごはん、ささ身の塩麴唐揚げ、ノンオイル和風サラダ、塩麴入り和風おぼろ月汁、甘酒ミルク、②塩麴入り卵サンドイッチ、塩麴のポテトサラダ、イカと野菜の中華風塩麴炒め、甘酒フルーツジュース、③塩麴入り三色ごはん、あさりの塩麴酒蒸し、白菜の塩麴漬け、甘酒寒天
- 場所 西部公民館
- 定員 先着16名(3回受講できる方を優先)

## アーティフィシャルフラワー講座

生花と見間違えるほど美しい造花のアレンジメントの講座です。

- 受講料 3000円(別途材料費3700円)
- 持ち物 エプロン、三角巾(手拭い、バンダナ可)、筆記用具、容器(持ち帰り用)
- 申し込み 1月28日(月)以降、電話または西部公民館窓口へ。
- TEL 27・7544



## 池波正太郎真田太平記念館

- 日時 2月25日(月)午後1時～3時30分
- 場所 池波正太郎真田太平記念館
- 講師 内田和美氏(ヨーロッパアンフラワーデザイン連盟認定講師)
- 定員 先着30名
- 受講料 2500円(材料費、お茶代含む)
- 持ち物 はさみ
- 申し込み 1月26日(土)～2月18日(月)に、電話で池波正太郎真田太平記念館へ。
- TEL 28・7100

<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!

11/28「スクーリング」 12/17「クリスマス会」

**学校説明会随時開催中**

国際高等学院長野校

〒386-0027 長野県上田市常盤城2-6-4 ☎0268-26-5515 国際高等学院長野校 検索

高校卒業資格 高認合格 入学(前校在籍生) 入学(高校中退生) 入学相談受付中 学校説明会随時開催中

**心安らぐ庭づくり**

●造園 ●樹木治療 ●ガーデニング ●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

## 絶対たのしい! 地酒教室(入門編)

きき酒師の指導のもと、地酒の知識や酒造りを、五感を使って学び、地域文化を語り、仲間づくりをする教室です。

●内容/日時 講義・実習/2月16日・23日、3月2日の土曜日午後6時〜8時、現地研修(蔵元見学) / 3月中旬以降1回

●場所 講義・実習/真田中央公民館、現地研修/県内蔵元

●講師 宮島国彦氏(きき酒師)

●定員 先着25名(20歳以上対象)

●参加費 400円(4回分、別途実習費各回1000円)

●申込方法 1月25日(金)以降、電話で真田中央公民館へ。

●その他 実習は日本酒を試飲しますので、帰途に車の運転はできません。公共交通機関などでご来場ください。

真田中央公民館  
TEL 72・2655

## ジュニアマラソン 練習会参加者募集

マラソンランナーを育成するためジュニアランナーを対象とした練習会を開催します。

●期日/会場 ①1月27日(日)/真田運動公園、②2月3日(日)/上田城跡公園陸上競技場、③2月24日(日)

## 講座・教室/募集

／日置電機ランニングコース、④3月10日(日)/東御中央公園、⑤3月17日(日)/真田運動公園、各回午後1時〜3時

●内容 マラソンに親しめるよう、レベルに応じて練習します。

●対象 小・中学生(男女)

●参加費 1回1000円(保険代)

●申し込み 当日会場で受付

●上田東御小県駅伝部(宮岡)

TEL 090・6493・6415

## 第3回信州外科医療 市民公開講座

外科医療の地域医療としての現状、社会貢献性・先進性などについて市民公開講座を開催します。外科手術用器械の展示と内視鏡手術模擬体験コーナーも併設します。

●日時 2月2日(土)午後1時30分〜4時30分(開場0時30分)

●場所 信州上田医療センター3階講堂

●内容 講演1「心臓血管外科手術の現状」高野環氏(信州大学医学部附属病院心臓血管外科医師)、講演2「内視鏡外科手術の進歩」宮川雄輔氏(昭和伊南総合病院外科医師)、講演3「肝・胆・膵外科手術の現状」小林聡氏(信州大学医学部附属病院消化器外科医師)

●申し込み 不要

●参加費 無料(駐車料金も無料)

●信州大学医学部地域医療推進学

講座  
TEL 0263・37・2548

## 募集

### 心の教室相談員募集

●応募資格 平成25年4月1日現在59歳以下で教員免許状を有する方、または児童生徒を対象とした相談業務、指導経験を有する方で、本業務を理解し積極的に取り組む意欲のある方。

●勤務場所 市内小中学校

●任用期間 4月1日〜平成26年3月31日

●勤務条件 休業日を除く月々金曜日(年間180日程度)、週29時間以内、労災保険に加入、賃金は市の基準により支給。

●職務内容 児童生徒や保護者への相談・援助など学校教育活動の支援。

●募集人数 若干名

●応募方法 2月6日(水)までに履歴書、返信用封筒(80円切手を貼付、住所・氏名を記入)を学校教育課へ提出または郵送(〒38610025 天神2-1-41 74 学校教育課宛、2月6日(水)必着)。

●選考方法 書類選考後、面接により決定します。

●学校教育課 TEL 23・5101

<広告欄>

# 脳活教室

どなたでも安心してご参加できます。

対象

60歳以上の方

1レッスン

1回 525円

(税込)

日程	時間	定員
毎週月曜日	13:00~14:00	各5名
毎週火曜日	10:30~11:30	
毎週金曜日	15:00~16:00	

脳活教室とは、体と脳の関係を活発に使うことのできる教室です。つまづいて転ばなくするための、マーカー歩行運動やバランス練習。また、物忘れ防止のための記憶練習や脳トレなどを行ないます。

フロントにてご予約受付中です♪

axilos

MEMBER ASSOCIATION ONLINE VALUE クラブ

スポーツクラブ アクトス 上田

〒386-0153 長野県上田市岩下235

TEL.0268-36-1711

個人レッスンなので安心です

火曜日・金曜日は 1,050円

個人レッスン

営業時間 月曜~土曜・祭日 10:00~23:00 日曜日 10:00~18:00  
 休館日 毎週木曜日 年末年始臨時休業  
 ホームページもご覧下さい▶ [アクトス上田](#) [検索](#)

**募 集**

**平成25年度上田市スポーツ少年団 新入団員を募集**

（財）上田市体育協会事務局 TEL27・9400

◇合同募集会(上田地域のスポーツ少年団のみ)

- 日時 3月3日(日)午前10時～11時
- 募集対象 平成25年4月1日現在の新学年
- 場所 県営上田野球場
- 定員 いずれも先着順(第1・第2希望を決めてお越しください)。

**上田地域**

種 目	募集対象	定 員
卓球	小3～高3男女	制限なし
剣道	中央	制限なし
	東	20名
	南	制限なし
	※神科	
	※豊殿	
※川西	小1～高3男女	
※塩田		
ソフトボール	小1～中3男女	30名
ソフトテニス	小3～中3男女	100名
テニス(硬式)	小1～5男女	30名
ミニバスケットボール	小4～6男女	150名
軟式野球	軟式野球	制限なし
	※塩田	各学年10名
	少年野球教室 (6年生は要相談)	
硬式野球	上田リーグ	70名
	上田南リーグ	各学年10名
サッカー	サッカー	各学年15名
	FC東上田	各学年18名
	上田ジェン シャン	各学年20名
	神川FC	各学年15名
	上田南FC	各学年20名

※印は公民館、指導者が独自で募集します。詳しくは2月上旬に学校で配られる募集案内をご覧ください。

**丸子地域**

種 目	募集対象	定 員
丸子剣道JSC	小1～高3男女	制限なし
軟式野球	長瀬JSC	制限なし
	依田少年野球	制限なし

※丸子地域の申し込みは上田市体育協会事務局へ問い合わせください。

種 目	募集対象	定 員	
陸上競技	小1～6男女	100名	
器械体操	小1～高3男女	30名	
相撲	園児～高3男女	30名	
柔道	小2～6男女	50名	
空手道	小1～高3男女	30名	
合気道	小3～高3男女	30名	
少林寺拳法	小1～5男女	20名	
武道空手	園児～中3男女	制限なし	
レスリング	小1～中3男女	20名	
バドミントン	小4～中3男女	15名	
ハンドボール	小1～中3男女	50名	
ゴルフ	小3～高3男女	20名	
ラグビー	小1～中3男女	制限なし	
アーチェリー	小4～中3男女	30名	
乗馬	小4～高3男女	10名	
スキー	小1～中2男女	制限なし	
バレー ボール	上田ジュニア	小1～5男子 小1～3女子	各学年10名
	※塩田VBC	小1～6男女	各学年10名
	※バレーボール 上野が丘 (神川・豊殿地区在住)	小3～中3男女	30名
	上田W-KID'S	小1～5男子	制限なし
多種目 運動遊び	南ジュニア スポーツクラブ	小1・2男子 (千曲川左岸在住)	小1 50名 小2 20名
	ちびっこなんでも	園児(年長)～小2 男女	20名

<広告欄>



**サンピアン 上田  
音楽教室**

# 生徒募集!

全コース 無料体験レッスン受付中!!



**★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。

**★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。

## 管楽アンサンブル 体験・参加者募集

「上田オーケストラ」の参加者を募集します。

●日時 1月27日(日)から毎月第2、第4日曜日午後7時～9時(全15回程度)

●場所 信州国際音楽村

●対象 経歴不問(中高生も可)

●指導 市村信持氏(元群馬交響楽団・バストロンボン奏者)

●参加費 1回3000円(楽譜コピー代など)

●持ち物 自分の使用する楽器および譜面台。

●申込方法 1月27日(日)までに信州国際音楽村の窓口にある申込書に必要事項を記入のうえ、郵送(〒386-0411 生田29

37-1信州国際音楽村宛)、または窓口へ。申込書はファックス送信も可能です。

●(財)信州国際音楽村

TEL 42・3436

## 県営住宅入居者補充募集

上田市、東御市にある県営住宅入居者を募集します。

●募集期間 2月20日(水)～3月1日(金)の午前9時～午後5時(期間中の土日曜日も受付)

## 募集

●受付場所 県住宅供給公社上田管理センター(上田合同庁舎南棟内)

●抽選会 3月8日(金)午後1時30分～上田合同庁舎南棟2階会議室

●その他 募集の詳細は、2月中旬以降に住宅供給公社へ直接、または公社モバイルサイト(<http://www.avis.njip/njikk/m/>)をご覧ください。

●(長野県住宅供給公社上田管理センター) TEL 29・7010

## 非常勤職員(障がい者)を募集

●応募資格 次のすべての条件を満たす方。①市内在住者、②昭和28

年4月2日以降に生まれた方、③身体障害者手帳・療育手帳または精神障害者保健福祉手帳のいずれかの交付を受けている方、④自力で通勤ができ、かつ、介護者なしに一般事務職として職務遂行(パソコンなどによるキーボード入力など)が可能なる方、⑤活字印刷文による出題(作文)および口頭試験(面接)に対応できる方。

●勤務場所 市役所本庁舎、または市内出先機関

●勤務期間 4月1日～平成26年3月31日(通算5年の範囲内で任期を更新する場合あり)

●勤務条件 週4～5日(1日6時間)勤務、社会保険・雇用保険・労災保険に加入。賃金は上田市非

常勤職員設置要綱に基づく時間給制(時間給840円、交通費別途支給)

●採用人数 4名

●応募方法 2月1日(金)までに履歴書(顔写真貼付)、手帳の写し、返信用封筒(長形3号封筒に80円切手を貼付、住所・氏名を記入)を人材開発課へ持参または郵送(〒386-18601 住所不要

人材開発課宛、2月1日(金)必着)。

●採用方法 選考試験(作文、面接)。試験日程は別途通知します)応募者多数の場合は、応募書類による一次選考を行う場合があります。

●(人材開発課) TEL 23・5332

## 平成25年度千曲寮 新入寮生を募集

●住所 東京都三鷹市下連雀6-1-30

●寮費 月4万円(2食付)

●対象 県関係者の大学生・大学院生または入学予定の男子

●申し込み 入寮願書(所定様式)に、保証人と保護者の氏名、住所、職業を記入して提出(入寮願書はホームページからダウンロードしてください)。

●選考方法など、詳しくは千曲寮ホームページをご覧ください。

●(財)千曲寮

TEL 0422・46・0726

<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

**丸山中央総合病院**

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



募集

春から受講できるシニア対象の学びの場をご案内します

大学名	上田市			長野県シニア大学
	ことぶき大学	ことぶき大学院	高齢者学園	
特徴 (学習内容)	午前は自然・文学・歴史などの一般教養、午後は8種類のクラブで学習編成。年1回1泊2日の宿泊研修あり。	文系・自然系の専門分野について学び、2年次は小論文を提出、「修士学位記」を授与。研修旅行あり。	健康づくりの講義や実技、時事問題について学び、クラブ、課外活動などを行います。研修旅行あり。	教養(知識、教養)・技能(趣味、健康づくり)・実践講座から、幅広く学びます。学生自治会活動、研修旅行、諸行事あり。
修学年数	4年 (月1回・主に金曜日)	2年 (月1回)	3年 (年間17日程度)	2年 (年間17日程度)
場所	①中央公民館 ②上田創造館	中央公民館	高齢者福祉センターほか	上田合同庁舎6階講堂ほか
入学資格	市内在住の60歳以上の方。ことぶき大学卒業生や他の高齢者向け大学との併願・在籍者は入学できません。	市内在住の60歳以上の方で、ことぶき大学・シニア大学・高齢者学園の卒業生(本年度卒業予定者含む)、および一般の短大・大学の卒業生。	市内在住の60歳以上の方。他の高齢者向け大学との併願および本学園の再入学はできません。	おおむね60歳以上の方。シニア大学(旧老人大学)卒業生は定員に余裕がある場合のみ入学可。
募集人数	①50名 ②30名 (応募多数の場合抽選)	文系・自然系各30名 (先着順)	先着70名	先着80名
受講料	年間1,000円 (クラブ活動費、宿泊研修費は別途自己負担)	年間1,000円 学級運営費1,000円 (研修費などは別途自己負担)	無料(教材費の一部として年額1,500円負担) 研修旅行費など別途自己負担	年額8,500円(予定) (教材費や学生自治会費など自己負担あり)
申し込み	①②とも3月12日(火)の午前9時30分～10時に、本人が直接中央公民館へ。	2月1日(金)～28日(木)に、中央公民館へ。	2月1日(金)～28日(木)に、高齢者福祉センターまたは、社会福祉協議会、各地域自治センターにある入学願書を願書設置窓口へ提出。	2月1日(金)～28日(木)に、上田保健福祉事務所福祉課または、各地域自治センター・各公民館にある入学願書を願書設置窓口へ提出。
問い合わせ	①中央公民館 TEL22・0760 ②城南公民館 TEL27・7618	中央公民館 TEL22・0760	高齢者福祉センター TEL22・4119	上田保健福祉事務所福祉課 TEL25・7124

募集

<広告欄>

人生の思い出を  
一冊の本にしてみませんか!?

## 自費出版

自分史  
趣味の本  
記念誌  
写真集

文集  
小説  
会報

編集の相談と見積もりは無料です

▶ 原稿を書くのが苦手な方  
そうした方には話をお聞きして経験豊かなスタッフが原稿づくりから編集・制作までお受け致します。

▶ 値段はどれくらい?  
見積もり無料です。お気軽にご相談下さい。



簡単な原稿を頂ければ、編集はおまかせ下さい。  
少数部(30冊～)・少頁(10頁～)お受けします

総合広告/企画・制作 Tomy-planning  
**トミー企画**  
株式会社

〒386-0005 長野県上田市古里113-5  
TEL 0268(23)1706 FAX 0268(26)1360  
URL <http://www.tomy-kikaku.co.jp>  
E-mail : [info@tomy-kikaku.co.jp](mailto:info@tomy-kikaku.co.jp)

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)ガンディ信濃・トミー企画(TEL23・1706)へ。

## 自衛官などの募集

◇予備自衛官補(一般・技能)

●応募資格 一般/18歳以上34歳未満の方。技能/国家資格免許などがある18歳以上55歳(資格により53・54歳)未満の方。  
(年齢は平成25年7月1日現在)

●応募締切 4月3日(水)

●試験日 4月12日(金)～15日(月)の間で指定する日

●手当 日額7900円の教育訓練招集手当を訓練参加日数分支給。

◇自衛隊幹部候補生

●試験区分/応募資格 ①一般大卒程度試験/大学卒業以上(見込み含む)22歳以上26歳未満の方、②一般院卒者試験/修士課程修了(見込み含む)20歳以上28歳未満の方、③歯科/専門の大学卒業(見込み含む)20歳以上30歳未満の方、④薬剤/専門の大学卒業(見込み含む)20歳以上28歳未満の方(年齢は平成26年4月1日現在)

●応募期間 2月1日(金)～4月26日(金)

●1次試験日 5月11日(土)

●自衛隊上田地域事務所 TEL 22・5267

募集

# 文芸

## 短歌 小宮山 久子 選

入選  
夕暮れに油の切れたシャッターの音響く時こがらしが吹く  
城北山崎 深幸  
若きより農に忙しく生き抜き義妹年老いぬ手をそへて  
長瀬 小林 国男  
待つ年の少なき身なれど画布に塗る燃え盛る赤幸の青  
上堀 工藤じゅん

佳作

母の骨納めて石は墓となる信濃の寺の小春日和よ

縹雲を刺しつらぬきて残りたる飛行機雲がついにくずれる  
浦野南園地 羽生田めぐ美

負ける気も競争する気もないけれど若い娘の歩く速さに  
鈴子 甲田 隆登  
届かず 八日町 宮下 忠  
亡きちちを思ふばあちゃんの短歌よみて泣いてしまった  
と高校の孫 つくし 石塚 直枝

選者詠

この冬を生きゆかん意思 川の洲に白鳥幾羽渡りきたる

へ評一首目 夕方、店を閉める古いシャッターの音がこ  
とさら大きく聞こえたのでしよう。わびしき淋しさが冬  
に向かう寒さと相まって、切ない歌です。〓

## 俳句 島田 洋子 選

入選  
風に舞う紅き木の葉よ自由ですか  
悲しみは雲なき冬の空の色  
火達磨になりし満天星紅葉かな  
佳作  
柿食えば昔に還る二人かな  
霜予報取り入れし鉢居間を占む  
立冬のアルプス彫りを深めけり  
ちじまりし背丈を抜いて紫苑咲く  
海ゆかば遺骨なき墓秋桜

宇治川に浴ひゆく旅や時雨来る  
聞き役の猫喉鳴らす日向ぼこ  
掃く落葉風のほうきが舞戻す  
団栗はお椀の帽子ポケットに

選者吟  
阿修羅像の影は大蜘蛛秋灯し  
へ評一句目 いつも同じ場所にいる木々。解き放された  
ように風に舞う木の葉に、思わず声をかけた作者の優し  
さが伝わる。下五の字余りが効果的。〓

## 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(11月分)。

◇特定非営利活動法人気塾障がい福祉サービス事業所ワークハウス塩喜苑様 トムテランプ(ソーラー式外灯)2基/川西地域自治センターへ

◇清水繁喜様 現金10万円/ふるさと寄附金Aコースとして

◇渡邊正博様 現金20万円/ふるさと寄附金Aコースとして

◇浦里小学校を支える市民の会 一輪車20台、視界安全学童傘45本、ブルーヒーター6台、パイプ椅子150脚、テント3張、140周年記念垂れ幕1枚、卓球台2台、長机20脚/浦里小学校へ

◇有限会社いすゞ製作所様 多目的テント1張/浦里小学校へ

◇日本珠算連盟上田支部様 そろばん10丁/浦里小学校へ

◇株式会社宮本商産様 フラフープ10個/浦里小学校へ

## 川柳 斉藤 俊醉 選

入選  
種見える孫の手品に大拍手  
老う如に義理のからだん枝を切る  
戸惑いを隠せぬ母の独り言  
佳作  
便利さが徐徐に五感を鈍らせる  
そんな瞳をそんな笑顔をつい信じ  
里帰りあれもこれもと母は盛り  
ひまそうな顔をしてると役が来る  
まっ先に旅行日理めた初暦  
寂しさは喧嘩相手の妻の留守  
気持ち先行けば体が駄駄をこね  
世話好きで賑わす余生張りがある  
あの暑さなぜか恋しき霜の朝

選者吟  
愚図る児は婆やの胸が好きらしい  
へ評一句目 真剣に手品をする孫、ちよろちよると種が  
見え隠れ笑いを我慢、そして孫の自慢げな顔に拍手喝采、  
ほのぼのとした家族愛が手に取るようですね。〓

下丸子 三井志げ子  
小井田 宮下 道順  
国分 今尾志津子  
中村 佐藤たか子  
東築地 勝見 総  
塩川 下村 正枝  
下組 大森 典子  
傍陽中組 橋詰 信幸  
城北 関 敏雄  
倉升 丸山 卓雄  
御所 長坂 千代  
下郷 戸兵 和人

3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、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。 ◆住所 〒386-10025 天神2-14-74 ◆締め切り 1月31日(木)必着 〓教育総務課 TEL 23・5100



# 2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 **塩田** 塩田公民館  
**丸子** 丸子保健センター **真田** 真田保健センター **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9月16～30日生 24年10月1～15日生	8日(金) 28日(木)	<b>上田</b>	12:30 ～ 13:45
	1歳 6か月児	塩田・川西・川辺・泉田 の24年9月16日～10 月15日生	22日(金)		
	2歳児 歯科	23年7月16～31日生 23年8月1～15日生	6日(水) 20日(水)	<b>上田</b>	
3歳児	22年11月1～15日生 22年11月16～30日生	5日(火) 12日(火)	<b>塩田</b>		
	24年7月16～30日生 24年7月1～15日生	8日(金) 28日(木)		<b>上田</b>	
教 室	7か月児	塩田・川西・川辺・泉田 の24年7月生	14日(木)		<b>塩田</b>
	おたんじょう	24年2月1～10日生 24年2月11～20日生	6日(水) 13日(水)	<b>上田</b>	
		24年2月21～29日生	20日(水)		

市内委託医療機関(個別)

健 診	10か月児	24年3月16日 ～4月15日生	2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	24年9月7日 ～10月5日生	7日(木)	<b>丸子</b>	12:30 ～ 13:15
	10か月児	24年4月生	22日(金)		
	1歳 6か月児	23年7月生	5日(火)		
教 室	2歳児 歯科	23年1月・2月生	12日(火)		9:45 ～ 10:00
	7か月児	24年7月・8月生	26日(火)		

## ◆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	24年9・10月生	7日(木)	<b>真田</b>	13:00 ～ 13:15
	7か月児	24年7月生	20日(水)		
教 室	おたんじょう	23年10～12月生	13日(水)		9:50 ～ 10:00  9:30 ～ 9:50

## ◆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	24年9月7日 ～10月5日生	7日(木)	<b>丸子</b>	12:30 ～ 13:15
教 室	7か月児	24年6～8月生	25日(月)	<b>武石</b>	9:30 ～ 9:40

## 取り分け離乳食教室を開催します。

お母さんの食事の見直しと、3回食になった頃の赤ちゃんの離乳食を大人の食事から取り分けて作ります。

- 日時** ①2月7日(木)、②2月18日(月)/午前9時45分～午後0時30分(受付9時30分～)
- 場所** ひとまちげんき・健康プラザうえだ
- 内容** 講話「お母さんと赤ちゃんのためのバランス食について」  
実習「大人の食事から離乳食を作り、親子で試食する」
- 対象** 離乳食が3回食になった頃の赤ちゃん(9～11ヶ月児)と母親
- 定員** 各親子10組(託児有り。先着順) **参加費** 350円
- 持ち物** エプロン、三角巾、ハンドタオル、家庭で使用しているご飯茶碗(母親用)、  
子ども用スプーン、おんぶひも、おもちゃ、水分補給用のお茶または白湯
- 申し込み** 2月1日(金)までに、電話で健康推進課へ。
- 問** 市健康推進課 TEL28・7124



◎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の続き

第一巻の内容と上田の描かれ方、館の展示内容について講義を受け、各自でブログ記事を作り公開します。

**日時/内容** 2月14日(木)13:30~16:30/ブログについて知ろう~ブログ作成体験~, 2月21日(木)13:30~16:00/「真田太平記」入門と池波正太郎真田太平記館の取材, 2月28日(木)13:30~16:30/ブログ記事作り、地図の貼り込み、写真の大きさの補正

- 対象** パソコン経験者
- 定員** 先着20名(最小開催人数5名)
- 受講料** 3,000円(お茶代含む。ただし、「写真とレポートで綴る上田の魅力」を受講したことのある方は2回目からの参加も可で受講料は2,000円)
- 申し込み** 電話でマルチメディア情報センターへ。

## エコ・ハウス

TEL23・5144

### 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体験しませんか。

#### ◇和服のリフォーム(ねこ半天づくり)

- 日時** 2月14日(木)10:00~15:00
- 定員** 先着8名
- 持ち物** ウールの着物(裏地にするキルト布はエコハウスで用意)、裁縫道具、型紙用紙、お弁当
- 参加費** 200円(材料費は別途実費徴収)

#### ◇布ぞうりづくり(全2回)

- 日時** 2月19日・26日(火)10:00~15:00
- 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、お弁当
- 参加費** 各回130円

#### ◇共通事項

- 申し込み** 2月1日(金)以降、電話でエコ・ハウスへ。

### 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

固 田 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 2月1日(金)~7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



## イベント・ナビ EVENT NAVI

## 2月の行事予定

期日	行事	問い合わせ先
1日(金)	大萩康司 ギターコンサート	池波正太郎真田太平記館 TEL28・7100
	第14回 武石アイスキャンドル祭り	市立博物館 TEL22・1274
2日(土)	第3回信州外科医療 市民公開講座	信州大学医学部地域 医療推進学講座 TEL0263・37・2548
	北向観音節分会	北向観音堂 TEL38・2023
3日(日)	生島足島神社 節分追儺祭	生島足島神社 TEL38・2755
	戸沢のねじと馬引き	産業観光課 TEL72・2204
8日(金)	Kodama金曜サロン バレンタインスペシャル	財信州国際音楽村 TEL42・3436
	第12回 うえだ子ども文化祭 (・10日)	上田市文化少年団事務局 (文化振興課内) TEL23・6361
25日(月)	アーティフィシャル フラワー講座	池波正太郎真田太平記館 TEL28・7100

## 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をお楽しみください。

**日時** 2月3日(日)11:30～12:00(開場11:15)

**内容** 絵本「かえるをのんだ ととさん」、「バムとケロのにちようび」、紙芝居「こぶとりじいさん」、パネルシアターほか

**対象** 幼児とその保護者

**参加費** 無料

**申し込み** 不要

### ビジネスコース仕事の基本セミナー

就活に役立つ仕事の基本セミナーは、組織や個人の能力を引き出すスキルを磨く参加体験型研修です。

**日時** 2月15日(金)18:30～20:00

**テーマ** 意見の見える化、絞り込むスキル～図表の使い方～

**対象** 経営者、従業員、行政職員、学生、自己啓発したい方、起業を準備している方、再就職したい方

**定員** 先着12名

**参加費** 500円(資料代)

**申し込み** 1月23日(木)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

図書館員と上田女子短期大学の学生によるおはなし会です。読み聞かせのあとに絵本選びのお手伝いをしますので、図書館のカードを持ってお出かけください。

**日時** 2月16日(土)11:00～11:30

**対象** 幼児・児童とその保護者

**参加費** 無料

**申し込み** 不要

### 宮本佳奈サクソコンサート

冬の夜長を楽しくするポップス&映画音楽をお贈りします。

**日時** 2月16日(土)18:30～(開場18:00)

**出演** 宮本佳奈氏(サクソ)、新村邦明氏(キーボード)、藤巻良康氏(ベース)

**プログラム** 「雪の華」、「I Will Always Love You」、「黒いオルフェ」、「煙が目にしみる」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(要申し込み)

**申し込み** 1月25日(金)以降、電話で上田情報ライブラリーへ。

### 地域史料から学ぶ上田地方の近世・近代史

図書館や博物館などが所蔵している貴重な地域史料を読み解きます。

**日時** 2月16日(土)13:30～15:30

3月23日(土)10:30～12:30

**内容** 上田を知る原典「上田郷友会月報」を読む

**講師** 小平千文氏(上小近現代史研究会会長)

**定員** 先着30名

**参加費** 1回800円

**申し込み** 電話で上田情報ライブラリーへ。

### 第5回将棋チャレンジ講座

まったくの初心者でもご参加いただけます！詰将棋や講師・参加者との対局などを行います。

**日時** 2月17日(日)13:30～15:30

**講師** 竹田貴一氏(日本将棋連盟公認将棋コーチ)

**定員** 先着50名

**持ち物** 将棋盤と駒

**参加費** 大人500円、中学生以下200円

**申し込み** 1月26日(土)以降、電話で上田情報ライブラリーへ。

## マルチメディア情報センター

TEL39・1000 URL <http://www.umic.jp/>

### EXCEL初心者講座 2日間コース [Excel2010使用]

**日時** 2月2日・9日(土)13:30～16:00

**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** 2,500円(別途テキスト代1,260円)

**申し込み** 電話でマルチメディア情報センターへ。

### デジカメ写真で作品づくり

デジカメ写真をパソコンで加工し、動画を作成します。

**日時** 2月4日(月)9:30～12:00

**対象** パソコン経験者

**定員** 先着20名(最小開催人数5名)

**受講料** 1,500円

**申し込み** 電話でマルチメディア情報センターへ。

### ブログ作成セミナー「真田太平記」と真田太平記館

「真田太平記」の第一巻と池波正太郎真田太平記館をテーマに、ブログ作成の基本を学び、「真田太平記」入門として、

## 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)

8日(金)・22日(金)13:00～16:00 市役所南庁舎

### 行政相談 12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

14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)

20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

7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(金)・18日(月)9:00～12:00 丸子ふれあいステーション

12日(火)9:00～12:00 武石老人福祉センター

25日(月)9:00～12:00 真田総合福祉センター

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

毎週木曜日10:00～17:00

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)

28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)

12日(火)・25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) 20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13:00～17:00

6日(水) 市役所南庁舎

21日(木) 丸子ふれあいステーション

26日(火) 真田地域自治センター

## 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、右の二次元バー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

(12月14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)

### ●ゆずりませ

ベビーカー/幼児用イス/スキーウェア/電気敷毛布/エレキギター用アンプ/折りたたみベッド/洋服ダンス/卓球台(折りたたみ式)/ガラス製ショーケース/碁盤と碁石/クリスマスツリーと飾り/着物/羽織/玄関マット/フェイスタオル/座布団カバー/キーボード(カシオ製)/石油ファンヒーター

### ●ゆずってください

スキーウェア(女子用)/ベビーキャリー/アナログテレビ/ノートパソコン/ビデオデッキ(VHS)/洗濯機/子ども用自転車(22～24インチ)/ファンヒーター(都市ガス用)/木製ベッド/ゴルフセット/木製はしご/りんごコンテナ/すり鉢/ミシン(足踏み、電動)/大正琴

## 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。