



## ノロウイルス食中毒に注意!! ～手洗い・消毒で予防しましょう～

問 健康推進課 TEL28・7124

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は1年を通して発生していますが、特に11月から翌年1月にかけて流行します。ノロウイルスは感染力が強く、少ない量でも人から人へ感染し、また、現在では効果のある抗ウイルス剤はありません。

食中毒の予防はもちろん、発症後は発熱を短期間に抑えて回復を早めることが大切です。また、乳幼児や高齢者は、おう吐物を吸い込むことによる肺炎や窒息にも注意が必要です。

### ノロウイルスに感染すると…

感染から発症までは24～48時間で、発症すると吐き気、おう吐、下痢、腹痛、微熱が1～2日続きます。また、感染しても症状のない場合や、軽い風邪のような症状のこともあります。

### ノロウイルス予防の3つのポイント

#### ①健康管理

- ・普段から食べ物の鮮度や家族の健康状態をチェックしましょう。
- ・十分な睡眠、バランスのよい食事を心がけましょう。

#### ②手洗い

- ・調理前後、トイレの後、食事の前などにしっかりと石けんで洗いましょう。
- ・爪の間や親指の周り、手首なども忘れずに。

#### ③加熱と消毒

- ・85～90℃で90秒以上、食品の中心部までしっかり加熱しましょう。
- ・生ものを扱った調理器具は、洗剤でよく洗ってから熱湯や消毒液(①)で消毒しましょう。

### 感染してしまったときの対策のポイント

#### ①対症療法

- ・脱水症状を起こしたり体力を消耗したりしないよう、水分・栄養を十分に取らしましょう。
- ・下痢止めは回復を遅らせることもあるので注意が必要です。

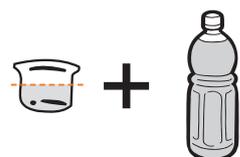
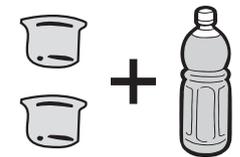
#### ②二次感染を防止

- ・患者が触れたものは消毒液(①)で消毒しましょう。
- ・患者のおう吐物やふん便などは使い捨てのマスクや手袋を使用して乾燥する前に処理し、さらに消毒液(②)でふき取りましょう。



### ペットボトルを利用した消毒液の作り方 (容器500ml、キャップ約5ml)

原液濃度5%の家庭用塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)を使用します

①	使用する場所・物	ドアノブ・手すりなど、感染者が直接触れた場所・物、調理器具の消毒など
	消毒液の濃度	約0.02%
②	使用する場所・物	感染者のおう吐物・ふん便などが直接付着した場所・物
	消毒液の濃度	約0.1%
①	作り方	キャップ半分の家庭用塩素系漂白剤(約2ml)とペットボトル1本分の水(500ml) 
	作り方	キャップ2杯分の家庭用塩素系漂白剤(約10ml)とペットボトル1本分の水(500ml) 

※ペットボトルには中身が消毒液であることをはっきりと表示しましょう。

## 目次

- 1 ノロウイルス食中毒に注意!!
- 2 12月市議会定例会市長提案説明
- 4 市の財政状況をお知らせします
- 6 上田市人事行政の運営などの状況
- 9 情報ピックアップ
- 12 情報ア・ラ・カルト

- 18 施設イベント
- 20 学校体育施設(体育館・グラウンド)を開放!!
- 21 平成26年度「税に関する中学生の標語」入選作品が決定しました
- 22 文芸、イベント・ナビ
- 23 1月の乳幼児健診・教室、食育情報コラム
- 24 1月の相談コーナー、不用品交換情報



**交流文化芸術センター・市立美術館の開館**

10月2日、「サントミューゼ」交流文化芸術センター・市立美術館がグランドオープンし、「開館記念式典」を盛大に開催することができました。12月からは、市民や団体の皆様の利用がよいよ本格化してまいります。市民の皆様から提案いただいた51事業の開館記念冠事業をはじめ、大・小ホール、スタジオ、アトリエ・ギャラリーなどは、大変多くの申し込みがあり、週末や休日を中心に予約で埋まっている状況です。地域の皆様に日頃の創作活動の発表、発信の場として大いに利用いただけるよう、スタッフ一同研鑽を積みながら支援体制を構築してまいります。

**平成27年度予算編成**

市では、10月28日に「平成27年度予算編成会議」を開催し、その方針を公表するとともに予算編成作業に着手しました。来年度の予算編成の基本方針として、「健康都市」の

実現に向け、「地域経済の活性化」、「文化創造都市づくり」、「地域医療の更なる充実、健康・福祉の増進」など10項目を重点分野とし、これらの実現に向けた事業に重きを置いた財源配分を行うとともに、直面する市政課題に積極的に取り組み、地域予算事業や各種施設の適切な維持管理を進める事業などを「指定事業」と位置付け、優先的に予算配分することとしました。

**太陽光発電の導入促進**

「市所有施設屋根等貸付事業」は、固定価格買取制度の見直しの動きもありますが、地球温暖化防止および国内のエネルギー需給対策が依然として喫緊の課題であることから、昨年度に引き続き、本年度も取り組むこととしました。今後も国の動向を注視する中で、可能な限り再生可能エネルギーの普及促進を図り、自然環境共生都市の実現に努めてまいります。

**「健康都市」の実現に向けた取組**

マニフェストで掲げた「健康都市」実現のための初めての取組として、9月と10月に「健康都市講演会」を開催したところ、約400人の方に参加いただきました。また、健康課題により多くの皆様が関心をもち、個人、更には地域全体で健康づくりに取り組んでいただきたいとの思いから、自治会単位で「健診の必要性と健康管理に関する住民説明会」を開始しました。さまざまな取組を通じ、市民の皆様とともに「健康で幸福なまち」の実現を目指してまいります。

**地域の魅力アップ**

「真田領」に含まれていた群馬県と長野県の13市町村の自治体で組織する「真田街道推進機構」、姉妹都市である和歌山県九度山町、幸村公の子孫ゆかりの地である秋田県由利本荘市、宮城県白石市や蔵王町などと連携して、全国的なブランド力を誇る真田一族の歴史を活かした誘客と、地

12月市議会定例会で提案説明を行う母袋市長(11月25日)



域の観光振興の取組を進めております。本年度は「真田街道推進機構」で、NHK大河ドラマ放送決定を公示した統一的な「のぼり旗」を製作し、真田氏ゆかりの地に一斉に立てることで、一体感の醸成と積極的なPRを図っております。真田氏ゆかりの自治体との更なる相互連携を図りながら、観光誘客、地域づくりに取り組んでまいります。

また、「真田丸」の放送決定、北陸新幹線の金沢延伸、ラグビーワールドカップ開催など、さまざまなビッグチャン

スが訪れている状況を捉え、広く市民の皆様にはPRするための取組の一環として、先月から毎月、定例の記者会見を実施することとしました。情報発信力の更なる強化を図りながら、市政に関する情報をタイムリーにお知らせしてまいります。

**文化振興**

昭和38年から皆様に親しまれてきました市民会館が、サントミューゼのオープンにより12月末に閉館を迎えることになりました。12月6日・7

# NHK大河ドラマ「真田丸」の放送決定を好機と捉え、 真田氏ゆかりの自治体との更なる相互連携を図りながら、 観光誘客や地域づくりに取り組んでまいります。

日には、これまで利用いた  
いてきた団体の皆様が行  
委員会を作り、51年間の感謝を  
込めた「さよならイベント」の  
開催が予定されております。

## 市道丸子小牧線の整備状況

上田城跡整備関係では、今  
後の観光客の増加を見込み、  
見学される皆様の安全と利便  
性の向上を図るため、南北  
の見学ルート変更に伴う関連  
工事、博物館や旧山本鼎記念  
館の改修工事を実施してま  
います。

市道丸子小牧線のトンネル  
工事は、現在、トンネル内  
のほか取付道路の工事に着手  
しており、これに伴って8月18  
日から11月15日まで全面通行  
止にすることとしておりまし  
たが、工事が順調に進んだこ

とから、予定より早く全面通  
行止を解除することができま  
した。今後、来年秋の開通を  
目指し、工事を進めてまいり  
ます。

## 資源循環型施設建設に向けた取組

去る8月28日、資源循環型  
施設建設対策連絡会の役員  
の皆様と、初めての「意見交換  
会」が実現しました。対策連  
絡会の皆様からは数多くのご  
質問やご意見をいただき、全  
ての項目の議論を尽くすこと  
ができ、次回に持ち越すこと  
となりましたが、先月6日、  
対策連絡会から、負担の公平  
や生ごみの減量化など地元  
の意見を反映しようとする姿勢  
が見えないとの理由から、第  
2回目の意見交換会の開催を  
取り止める旨の申し入れがあ  
りました。

し入れてしたので、改めて地  
域の皆様のお考えをお聴きす  
るとともに、現在、意見交換会  
の再開をお願いしていること  
ろです。

上半期の可燃ごみの排出量  
が対前年度比391トン、約  
2%の減となつてきていると  
ころですが、更なるごみの減  
量化が必要であり、今後も引  
き続き取組を進めるととも  
に、市の最重要課題である建  
設候補地の早期決定に向け、  
地域住民の皆様との合意形成  
に努めてまいります。

## 第二次上田市総合計画の策定

平成28年度を初年度とする  
「第二次上田市総合計画」の策  
定は、去る9月25日に第1回  
総合計画審議会を開催し、「ま  
ちづくりビジョン」の期間を  
10年間とすることなどの策定  
の基本方針が確認され、60名  
の委員の皆様による計画づく  
りがスタートしました。

アンケート調査では、80%以上  
の方から「上田市は住みやす  
い」との回答をいただき、ま  
た、市の施策に対する満足度  
調査では、全45項目のうち平  
成18年に実施した前回の調査  
と比較できる39項目中37項目  
で満足度が向上している結果  
となりました。

次期総合計画の策定は、少  
子高齢化、人口減少への対応  
を最重要課題として捉えてお  
り、不断の決意で行財政改革  
を推進するとともに、市民の  
皆様の幸福度アップを目指す  
新たな地域経営が必要と考え  
ております。引き続き、市民  
の皆様のご意見をお聴きしな  
がら、「第二次上田市総合計  
画」の策定を進めてまいりま  
す。

## 12月議会に提案した議案の概要

### ●条例案(8件)

- ・新 設／上田市いじめ問題対策連絡協議会等  
(1件) 条例
- ・一部改正／上田市国民健康保険条例、  
(5件) 上田市消防団員等公務災害補償条例  
など
- ・廃 止／上田市勤労青少年ホーム条例、上田  
(2件) 市武石地区オフトーク通信施設条例

### ●予算案(13件)

- ・平成26年度上田市一般会計補正予算 2件、  
特別会計 6件、企業会計 5件

### ●事件決議案(7件)

- ・上田市公の施設の指定管理者の指定について
- ・上田市第三中学校耐震化事業仮設校舎建設建  
築主体工事請負契約の締結について など

私としましては、真摯に意  
見交換をさせていただいたと  
考えており、次回の開催への  
合意もあつた中での突然の申

○提案説明はインターネットでも  
ご覧いただけます  
動画・全文をご覧いただけます。



動画は  
こちらから

市ホームページ

# 市の財政状況を

平成26年度上半期  
(4月～9月)

## お知らせします

市では、市民の皆さんに財政状況を理解していただくため、毎年度上半期と下半期の2回、定期的に内容をお知らせしています。  
今回は、平成26年度上半期の会計別収支状況、市債の現在高、市有財産、一時借入金金の状況についてお知らせします(平成26年9月30日現在。万円未満は四捨五入しています)。



## 一般会計

市民の皆さんの生活に密着した福祉や教育、道路や公園の整備など、市政の基本となる会計です。  
前年度の同時期と比較して予算現額は、5億3,785万円の減となりました。歳入、歳出とも昨年度とほぼ同様の執行率となっています。今後も適切な執行に努めてまいります。

### 歳入

#### 【歳入(収入)の状況】

- ・ 予算現額 748億4,664万円
- ・ 収入額 309億9,223万円
- ・ 収入率 41%

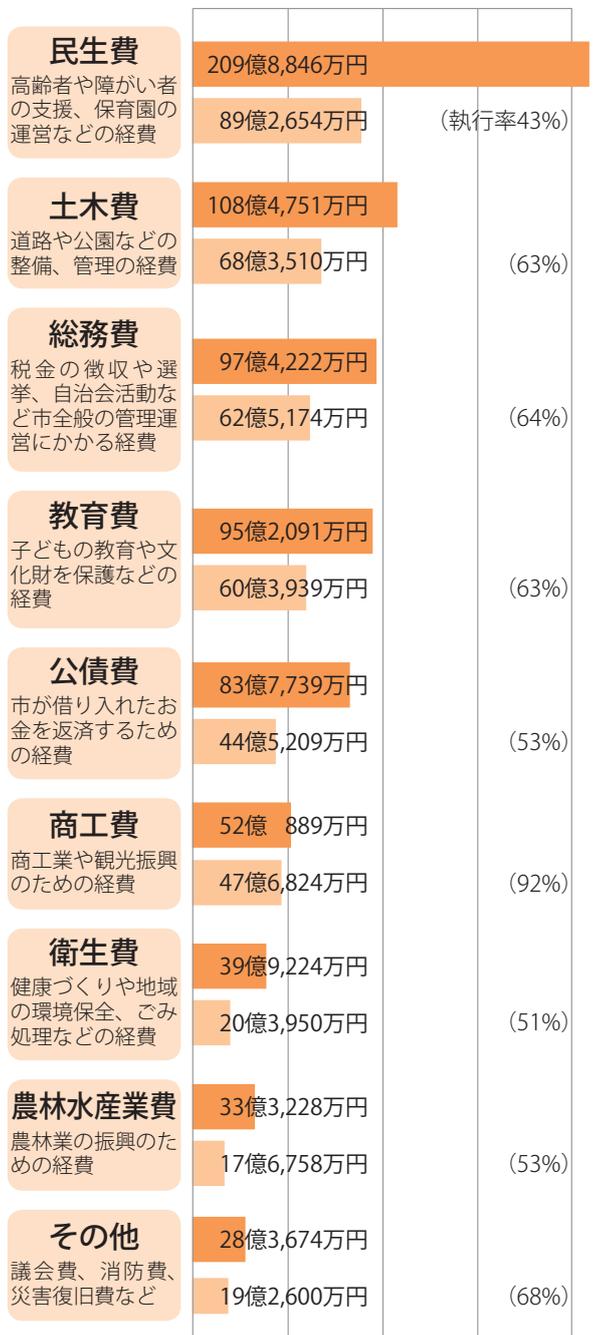
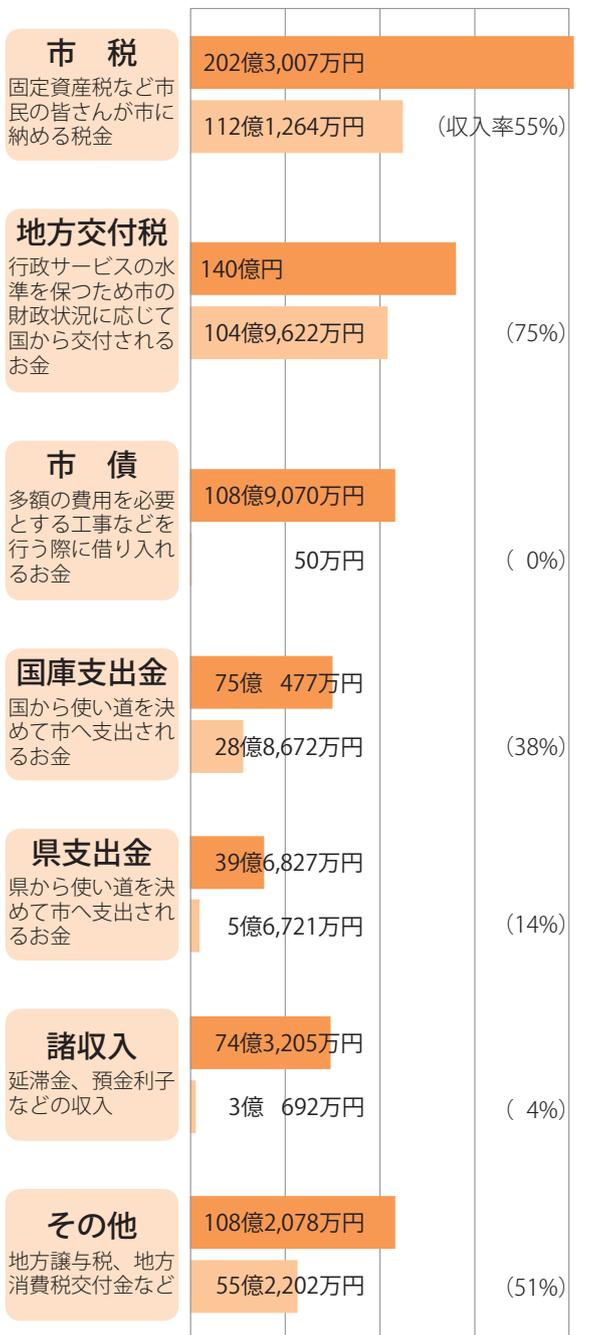
※予算現額＝当初予算＋補正予算＋繰越予算の合計額



### 歳出

#### 【歳出(支出)の状況】

- ・ 予算現額 748億4,664万円
- ・ 執行額 430億 618万円
- ・ 執行率 57%



## 特別会計

特定の事業や資金など、その収支を明確にするために一般会計と分けて整理する会計です。  
※表示単位未満を四捨五入しているため、合計額と一致しない場合があります。

会計名	予算現額 (歳入・歳出)	歳入		歳出	
		収入済額	収入率	執行額	執行率
土地取得事業	4億円	0円	0%	0円	0%
同和地区住宅新築資金等貸付事業	3,283万円	2,973万円	91%	849万円	26%
国民健康保険事業	165億 77万円	59億1,601万円	36%	70億7,004万円	43%
後期高齢者医療事業	18億2,717万円	4億9,390万円	27%	5億2,584万円	29%
介護保険事業	150億5,745万円	59億1,195万円	39%	62億2,080万円	41%
社会福祉授産事業	6,310万円	2,506万円	40%	2,936万円	47%
駐車場事業	1億8,553万円	5,402万円	29%	1億1,008万円	59%
市街地再開発事業	3,781万円	1,534万円	41%	1,908万円	50%
武石診療所事業	1億3,816万円	4,770万円	35%	5,718万円	41%
合計	342億4,282万円	124億9,369万円	36%	140億4,086万円	41%

## 公営企業会計

収益によって運営される独立採算の会計です。

◇収益的収支：当該年度の経営活動に伴って発生するすべての収益と、それに対応するすべての費用を表したもの

◇資本的収支：将来のために行う施設の整備などの経費と、その財源になる収入を表したもの  
※表示単位未満を四捨五入しているため、合計額と一致しない場合があります。

会計名	収益的収支			資本的収支			
	予算現額	執行額	執行率	予算現額	執行額	執行率	
真田有線放送電話事業	収入	5,242万円	5,231万円	100%	2万円	2万円	100%
	支出	5,159万円	1,794万円	35%	924万円	22万円	2%
産婦人科病院事業	収入	7億 94万円	2億7,885万円	40%	4,605万円	0円	0%
	支出	7億 94万円	3億2,047万円	46%	7,445万円	5,016万円	67%
水道事業	収入	29億 241万円	12億4,526万円	43%	2億 621万円	5,768万円	28%
	支出	31億9,033万円	11億8,290万円	37%	23億6,681万円	13億1,409万円	56%
公共下水道事業	収入	64億5,079万円	20億6,540万円	32%	7億 432万円	2億7,436万円	39%
	支出	63億2,011万円	14億9,967万円	24%	36億1,155万円	17億4,347万円	48%
農業集落排水事業	収入	16億3,509万円	3億7,722万円	23%	2億8,047万円	1億2,437万円	44%
	支出	16億1,020万円	3億7,040万円	23%	7億4,662万円	3億6,915万円	49%
合計	収入	117億4,165万円	40億1,904万円	34%	12億3,707万円	4億5,643万円	37%
	支出	118億7,317万円	33億9,138万円	29%	68億 867万円	34億7,709万円	51%

## 資産など

### 【市有財産】(一般会計+特別会計)

積立金	237億1,015万円	土地	48,518,889㎡		
内訳	財政調整基金	39億 969万円	宅地	861,961㎡	
	減債基金	41億7,931万円		山林	41,951,538㎡
	特定目的基金	123億4,251万円		その他	5,705,390㎡
	その他の基金	10億2,754万円		建物(延床面積)	663,286㎡
	定額運用基金	22億5,110万円			
有価証券	8,520万円				
出資による権利	13億 320万円				

### 【市債の現在高】

市が金融機関などから借りた地方債の残高です。

一般会計	635億5,659万円
特別会計	7億6,982万円
企業会計	734億1,773万円

### 【一時借入金】 0円

一時的に支払金が不足する場合に、年度内に返済することを条件に、金融機関などから借り入れる資金です。

# 上田市人事行政の運営などの状況

上田市の人事行政の運営などについて「人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、職員数・給与・研修・福利厚生などの状況をお知らせします。

## 1 職員給与費の状況(平成25年度普通会計決算)

職員数 (A)	給 与 費				一人当たり 給与費(B/A)	(参考)類似団体平均 一人当たり給与費(H24)
	給 料	職員手当	期末・勤勉手当	計 (B)		
1,047人	4,009,774千円	658,254千円	1,554,275千円	6,222,303千円	5,943千円	6,457千円

- (注) 1 普通会計とは、一般会計と特別会計の一部をあわせて、各地方公共団体間の財政比較が可能となるように統計上便宜的に用いられる会計です。  
 2 職員手当には、退職手当を含みません。  
 3 職員数は、平成25年4月1日現在です。  
 4 類似団体とは、人口と産業構造によって市町村を分類し、同じ分類になる全国の市町村の事です。

## 2 職員の平均給与月額、初任給などの状況

### (1)職員の平均年齢および平均給料月額(平成26年4月1日現在)

#### ①一般行政職

区 分	平均年齢	平均給料月額
上田市	44.1歳	349,427円
長野県(H25)	45.3歳	343,594円
国(H25)	43.1歳	332,446円
類似団体(H25)	42.3歳	329,893円

#### ②技能労務職

区 分	平均年齢	平均給料月額
上田市	47.5歳	350,675円
うち給食員	48.5歳	363,075円
うち業務員	—	—
長野県(H25)	56.2歳	286,738円
国(H25)	49.9歳	286,850円
類似団体(H25)	47.8歳	329,130円

(注)「平均給料月額」とは、平成26年4月1日現在の職種ごとの職員の基本給の平均です。

### (2)職員の初任給の状況(平成26年4月1日現在)

区 分		上田市	長野県(H25)	国(H25)
一般行政職	大学卒	172,200円	178,800円	(一般職) 172,200円
	高校卒	140,100円	144,500円	140,100円
技能労務職	高校卒	140,100円	139,600円	—

## 3 一般行政職の級別職員数の状況(平成26年4月1日現在)

区 分	標準的な職務内容	職員数	構成比
1 級	主事、技師	52人	7.3%
2 級	高度の知識または経験を必要とする業務を行う主事、技師	58人	8.1%
3 級	主任	80人	11.2%
4 級	主査	196人	27.5%
5 級	係長、統括主査	161人	22.6%
6 級	課長補佐、副政策幹	81人	11.4%
7 級	課長、政策幹	68人	9.6%
8 級	部長、参事	16人	2.3%

- (注) 1 上田市の給与条例に基づく給料表の級区分による職員数です。  
 2 標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職務です。



## 4 職員の手当の状況

### (1) 期末手当・勤勉手当(平成25年度)

一人当たり平均支給額	1,485千円	
支給割合	期末手当 2.60月分	勤勉手当 1.35月分
加算措置の状況	職制上の段階、職務の級などによる加算措置 ・役職加算 5~20%	

### (3) その他の手当(平成25年度決算)

手当名	支給実績	支給職員一人当たり 平均支給年額
扶養手当	119,388千円	236,881円
地域手当	1,591千円	397,750円
住居手当	51,621千円	267,466円
初任給調整手当	3,995千円	3,995,000円
通勤手当	69,792千円	77,204円
特殊勤務手当	10,587千円	66,585円
時間外勤務手当	275,132千円	301,349円
宿日直手当	2,425千円	121,250円
管理職員 特別勤務手当	736千円	245,333円
管理職手当	58,604千円	552,868円
寒冷地手当	64,384千円	62,814円

### (2) 退職手当(平成26年4月1日現在)

(支給率)	自己都合	勸奨・定年
勤続20年	21.62月分	27.025月分
勤続25年	30.82月分	36.57月分
勤続35年	43.70月分	52.44月分
最高限度額	52.44月分	52.44月分
一人当たり平均支給額	1,617千円	24,716千円
その他の加算措置	定年前早期退職特例措置 (2~20%加算)	

(注)退職手当の一人当たり平均支給額は、平成25年度に退職した職員に支給された平均額です。



## 5 特別職の報酬などの状況(平成26年4月1日現在)

区分	給料月額など	
給料	市長	1,017,000円
	副市長	817,000円
	教育長	706,000円
報酬	議長	521,000円
	副議長	456,000円
	議員	425,000円
期末 手当	市長/副市長/教育長	(平成25年度支給割合)
	議長/副議長/議員	2.95月分

区分	算定方式	1期の手当額	支給時期
退職 手当	市長	給料月額×勤続月数×42/100	20,502,720円
	副市長	給料月額×勤続月数×29.4/100	11,529,504円
	教育長	給料月額×勤続月数×23.5/100	7,963,680円

(注)退職手当の「1期の手当額」は、4月1日現在の給料月額、および支給率に基づく1期(4年=48月)勤めた場合の退職手当の見込額です。

## 6 職員数の状況

### (1) 部門別職員数の状況(各年4月1日現在)

部門	区分	職員数		対前年 増減数	
		H26	H25		
普通 会計 部門	一般 行政 部門	議会	8人	8人	0人
		総務	196人	194人	2人
		税務	66人	68人	△2人
		民生	290人	286人	4人
		衛生	101人	99人	2人
		労働	4人	4人	0人
		農水	59人	60人	△1人
		商工	32人	33人	△1人
		土木	114人	120人	△6人
		計	870人	872人	△2人
	教育部門	175人	176人	△1人	
	消防部門	0人	0人	0人	
	小計	1,045人	1,048人	△3人	

部門	区分	職員数		対前年 増減数
		H26	H25	
公営 企業等 会計 部門	病院	28人	33人	△5人
	水道	52人	55人	△3人
	下水道	29人	29人	0人
	その他	37人	38人	△1人
	小計	146人	155人	△9人
合計		1,191人 [1,652人]	1,203人 [1,652人]	△12人 [ 0人]

(注)1 職員数は一般職に属する職員数です。

2 [ ]内は、条例定数の合計です。

(2)非常勤職員数の状況(平成26年4月1日現在)

- ①嘱託職員 地方公務員法第3条第3項第3号に基づく特別職の非常勤職員で、任命権者に対して使用従属関係を有する者
- ②臨時職員 地方公務員法第17条第1項に基づく一般職の非常勤職員

嘱託職員	119人
臨時職員	1,104人
非常勤職員計	1,223人

(3)定員管理の進捗状況(各年4月1日現在)

区分	H17年 計画始期	H24年 7年目	基準職員数 および目標 値の変更	H26年	H27年
				9年目	10年目
目標値	職員数 1,334人	職員数 1,214人	職員数 1,181人	職員数 1,172人	職員数 1,166人
	増減	△120人	△120人	△134人	△140人
実績	職員数 1,334人	職員数 1,209人	職員数 1,181人	職員数 1,163人	—
	増減	△125人	△125人	△143人	—

- (注) 1 増減の各年の欄は、延べ増減数を示します。  
 2 重点施策実現のための体制強化、権限移譲に伴う事務量の増加などを受け、平成25年2月に定員適正化計画を見直しました。また、市立産婦人科病院(28人)は、安全な医療の提供のため人員を維持する必要があることから、定員管理の基準職員数から除外しました。

7 職員の勤務時間とその他の勤務条件の状況

(1)勤務時間(平成26年4月1日現在)

1週間の勤務時間	勤務時間(標準的なもの)	休憩時間
38時間45分	8:30~17:15	12:00~13:00

(2)休暇、休業の取得状況(平成25年)

年次休暇(平均取得日数)	7.8日
育児休業(取得者数)	64人
介護休暇(取得者数)	0人

8 職員の分限および懲戒処分(平成25年度)

(1)分限処分(公務の能率の維持およびその適正な運営の確保の目的から、地方公務員法第28条の規定に基づき行う処分)

分限	降任	免職	休職	計
勤務成績が良くない場合	0人	0人	0人	0人
心身の故障による長期休養	0人	0人	6人	6人
職に必要な適格性を欠く場合	0人	0人	0人	0人
職制・定数の改廃、予算の減少により廃職または過員を生じた場合	0人	0人	0人	0人
刑事事件に関し起訴された場合	0人	0人	0人	0人

(2)懲戒処分(職員の職務上の義務違反などに対し、地方公務員法第29条の規定に基づき行う処分)

懲戒	戒告	減給	停職	免職	計
法令等に違反	0人	0人	0人	0人	0人
職務上の義務違反	2人	2人	0人	0人	4人
全体の奉仕者たるにふさわしくない非行	0人	0人	0人	0人	0人

9 職員の服務の状況(平成25年度)

営利企業などへの従事状況	許可数
営利を目的とする私企業を営むことを目的とする会社その他の団体の役員などの地位を兼ねるもの	1人
自ら営利を目的とする私企業を営むもの	3人
報酬を得て事業若しくは事務に従事するもの(国勢調査員など)	31人

10 職員の研修および勤務成績の評定の状況

(1)職員の研修の状況(平成25年度) (2)職員の勤務評定の状況(平成26年度)

研修区分	受講延人数	評定の時期	年2回(9月、3月)
一般研修	430人	評定の対象期間	(前期) 4月1日~9月30日 (後期) 10月1日~3月31日
特別研修	1,695人	評定の対象者	全職員(派遣、育児休業などの職員を除く)
専門研修	662人		
派遣研修	317人		
計	3,104人		

11 職員の福祉および利益の保護の状況(平成25年度)

(1)健康診断などの実施状況

健康診断受診者数	人間ドック受診者数	がん検診など受診者延数
1,858人	327人	2,379人

(注)人間ドック受診者数には、嘱託職員、臨時職員は含みません。

(2)不利益処分に関する不服申し立ての状況など

区分	件数
勤務条件に関する措置の要求	0件
不利益処分に関する不服申し立ての状況	0件



## 特別天然記念物【コウノトリ】

### 愛称を募集します

平成25年9月末に上田市と姉妹都市である兵庫県豊岡市から1羽のメスのコウノトリが飛来し、今年も8月から塩田地域のため池を中心に目撃されています。コウノトリが皆さんから可愛がられるよう、愛称を募集します。

#### 【募集要項】

**応募資格** どなたでも(一人1作品まで。自作の未発表作品に限ります)

#### 応募方法

〈郵送〉

官製はがきに①コウノトリの愛称(ふりがな)、②愛称の意味・考えた理由、③住所、④氏名(ふりがな)、⑤年齢、⑥性別、⑦電話番号を明記し、郵送。  
・宛先 〒386-8601 (住所不要) 森林整備課コウノトリ愛称募集係

〈インターネット〉

パソコン、携帯電話などを利用して、次のアドレス、または右の二次元コードからアクセス。

[http://www.city.ueda.nagano.jp/shinrin/konotori\\_aisyou.php](http://www.city.ueda.nagano.jp/shinrin/konotori_aisyou.php)

**応募期限** 平成27年1月30日(金)必着

**その他** 愛称・提案者は、愛称選考委員会で決定後、広報うえだなどでお知らせします。なお、採用した愛称の著作権は、市に帰属します。あらかじめご了承ください。

問 森 森林整備課 TEL23・5124



二次元コード

## 情報ピックアップ

上田市役所	TEL.22・4100(代) FAX.25・4100(代)
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)
武石地域自治センター	TEL.85・2311(代) FAX.85・2313(代)



## あなたの声をお聞かせください!

### 計画策定に伴う意見募集

#### ○子ども・子育て支援事業計画(素案)

平成27年4月からスタートする子ども・子育て支援新制度の実施に向けて策定する「上田市子ども・子育て支援事業計画」の素案に対する意見を募集します。

**期間** 12月24日(水)~平成27年1月14日(水)(必着)

**縦覧場所** 下記、丸子・真田・武石地域自治センター健康福祉課窓口、市ホームページ

**対象** 市内在住、または通勤・通学している方

**提出方法** 氏名、性別(任意)、年齢(任意)、住所、電話番号を明記した意見書(様式任意)を、郵送(〒386-8601 [住所不要] 子育て・子育て支援課宛)、FAX(26・6171)、メール(kosodate@city.ueda.nagano.jp)、または各縦覧場所に直接持参してください(意見への個別回答は行いません)。

問 子育て・子育て支援課 TEL23・5106

#### ○中心市街地活性化基本計画(素案)

市が策定を進めている「第2期上田市中心市街地活性化基本計画」の素案に対する意見を募集します。

**募集期間** 12月18日(木)~29日(月)午後5時必着

**縦覧場所** 下記窓口、市ホームページ

**提出方法** 件名を「第2期上田市中心市街地活性化基本計画(案)に対する意見」とし、郵送(〒386-8601 [住所不要] 商工課宛)、FAX(23・5246)、メール(shoko@city.ueda.nagano.jp)で下記へ。

問 商工課 TEL23・5395

## ○温泉施設など

施設	ささらの湯	あいそめの湯※	うつくしの湯	文殊の湯	アクアプラザ上田
期日	TEL31・1126	TEL38・2100	TEL85・3900	TEL44・2331	TEL26・2626
12月27日(土)	通常営業 (10:00～21:00) 入館は20:20まで ※朝風呂も通常 営業	通常営業 (10:00～22:00)	通常営業 (10:00～21:30) 入館は21:00まで	通常営業 (9:00～21:00) 入館は20:30まで	通常営業 (10:00～21:00)
28日(日)		10:00～17:00			休館
29日(月)					
30日(火)		10:00～15:00			
31日(水)					
1月1日(木・祝)		14:00～21:00			10:00～17:00
2日(金)					
3日(土)					
4日(日)	通常営業				

※1月1日～1月4日、あいそめの湯営業時間外の駐車場は初詣参拝客用有料駐車場となります。

施設	クアハウスかけゆ	ふれあいさなだ館	鹿月荘	雲渓荘	市民の森スケート場
期日	TEL44・2131	TEL72・2500	TEL44・2206	TEL85・2263	TEL27・9396
12月27日(土)	通常営業 (10:00～20:00) 入館は19:00まで	通常営業 (10:00～21:30) 入館は21:00まで	通常営業 (日帰り入浴受付 11:30～15:00)	通常営業 (日帰り入浴受付 10:00～20:00)	通常営業 (9:00～16:30) 入場は16:00まで
28日(日)					休場
29日(月)					
30日(火)					通常営業 (9:00～16:30) 入場は16:00まで
31日(水)					
1月1日(木・祝)					通常営業 (9:00～16:30) 入場は16:00まで
2日(金)					
3日(土)					
4日(日)					



ひと足はやいクリスマス！

## 別所線サンタ列車を運行します

毎年恒例の別所線サンタ列車イベントを開催します。当日は、ささやかなクリスマスプレゼントも用意していますので、ご家族でご参加ください！

**期日** 12月20日(土)

**時間/内容** 10:00／参加切符発売(上田駅構内、大人740円・小人380円)

※小学生未満は保護者一人につき二人まで無料、三人目以降は小人運賃

10:47／上田駅出発(車内でのハンドベル演奏、バルーンアートプレゼント)

11:04／下之郷駅到着(ポップコーンプレゼント)

11:45／下之郷駅出発(車内でのハンドベル演奏、クリスマスプレゼント、バルーンアートプレゼント)

12:02／上田駅着(終了)

**その他** プレゼントはサンタ列車に乗車のお子さん(小学生以下)限定です。

詳細は、上田電鉄ホームページ、または上田電鉄(株)運輸部(TEL39・7117)に問い合わせください。

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



別所線存続支援キャラクター  
北条まどか



## 年末年始の窓口などの開庁・営業予定

### ○市税・国保税などの年末相談窓口を開設

市税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料の納税相談窓口を開設します。

#### ◇夜間窓口

**日時** 12月24日(水)～26日(金)午後7時30分まで

**場所** 市役所本庁舎1階収納管理課、丸子地域自治センター市民生活課

#### ◇休日窓口

**日時** 12月27日(土)～29日(月)午前8時30分～午後5時15分

**場所** 市役所本庁舎1階収納管理課

**☎** 収納管理課 TEL71・8053    **☎** 市民生活課 TEL42・1028

### ○自動交付機のサービス停止

自動交付機による住民票の写し、印鑑登録証明書の発行を休止します。ご理解とご協力をお願いします。

**停止期間** 12月31日(水)～平成27年1月3日(土)

**設置場所** 市役所本庁舎、丸子地域自治センター、上田創造館

**☎** 市民課 TEL23・5334

### ○くみ取り(清浄園)

次の期間、し尿・雑排水のくみ取りを休止します。ご理解とご協力をお願いします。

**休止期間** 12月28日(日)～平成27年1月4日(日)

**☎** 生活環境課 TEL23・5120

### ○年末年始のごみ収集・ごみの受け入れ

	ごみ収集	上田・丸子クリーンセンター受入
12月27日(土)	休み	休み
28日(日)		
29日(月)	通常どおり	受け入れます
30日(火)		
31日(水)	休み	休み
1月1日(木・祝)		
2日(金)		
3日(土)		
4日(日)		
5日(月)	通常どおり	受け入れます

**☎** 廃棄物対策課(上田クリーンセンター) TEL22・0666  
丸子クリーンセンター TEL43・2131



### ○信州国際音楽村

年末年始の休館予定は次のとおりです。なお、電気設備改修工事のため、平成27年1月6日(火)から2月上旬頃までの間、停電による臨時休館日があります(実施日は、音楽村に確認してください)。

12月29日(月)～平成27年1月2日(金)／休館日

1月3日(土)／臨時開館(ニューイヤーコンサート)

1月4日(日)／臨時休館

1月5日(月)／休館日

**☎** 信州国際音楽村 TEL42・3436

## お知らせ

### 平成26年工業統計調査が実施されます

12月31日を基準日に、従業者4人以上の製造業を営む事業所を対象に実施します。12月中下旬から「調査員証」を携帯した調査員が、調査票を配布・回収しますので、ご理解とご協力をお願いします。

問 広報情報課 TEL 23・2235

### 医療費の自己負担限度額が改正されます

70歳未満の方の国民健康保険の医療費の自己負担限度額が、所得区分に応じて細分化されます。平成27年1月1日以降の受診から、新しい区分での判定となります。なお、70歳以上の方に変更はありません。詳しくは市ホームページをご覧ください。か、左記に問い合わせください。

問 上 国保年金課 TEL 23・5118

### 給与支払報告書 早めの提出を！

給与支払報告書は、給与所得者にとって市県民税の申告に代わる重要な資料となります。必ず期限までに提出してください。

● 提出義務のある方 給与・賃金などを支払った個人・法人

## お知らせ

● 提出先 受給者の平成27年1月1日現在の住所地となっている市区町村

● 提出期限 平成27年2月2日(月) (1月20日(火)までの提出に協力をお願いします)

● 注意点 必ず最新の様式を使用し、総括表を添付してください。また、金額や雇用形態にこだわらず、給与・賃金などを支払った全ての方の報告書を提出してください。個人を特定するため、氏名のフリガナや生年月日の記入漏れ、誤りのないよう確認をお願いします。

問 税務課 TEL 23・5115

### 農業委員会委員選挙人名簿登録申請書の提出

「農業委員会等に関する法律」に基づき選挙により選出される農業委員の選挙権を有するためには、申請に基づき選挙人名簿(有効期間1年)に登録される必要がありますので、期日までに提出してください。

● 登載要件 平成27年4月1日現在に出生し、平成27年1月1日現在市内に居住し10a(アール)(約303坪)以上の農地を耕作している方、またはその同居親族・配偶者で年間おおよそ60日以上耕作に従事している方

● 提出方法 農家組合などを通じて配布される申請書を、各地域指定

の日までに農家組合長などへ提出してください。詳細は、左記の各窓口にお問い合わせください。

● その他 農家組合に未加入の方で登載要件に該当する方は、左記へ問い合わせください。

問 農業委員会事務局

TEL 23・5466  
 丸 地域事務所 TEL 42・1037  
 田 地域事務所 TEL 72・4330  
 武 地域事務所 TEL 85・2828

### 市税電子申告サービスを利用ください

市税に関する申告や届出が、簡単にできる「電子申告サービス(エルトックス)」を利用ください。

● 利用できる税目 個人住民税(給与支払報告書、特別徴収に係る給与所得者異動届出など)、法人市民税(中間・確定・修正申告、異動届など)、固定資産税(償却資産の申告)※詳細は市ホームページをご覧ください。

問 税務課 TEL 23・5115

### 中小企業退職金共済掛金補助を利用ください

中小企業退職金共済制度、特定業種退職共済金制度・特定退職金共済制度に加入している事業主に、新規加入した従業員の退職金共済掛金の一部を補助します。

上 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)



市町村振興宝くじの収益金を財源としている、(公財)長野県市町村振興協会の地域活動助成事業を活用して整備しました。

◇緑が丘北自治会  
 袴天や櫓などの祭用備品を整備しました。祭りを通じて、自治会内の連帯感の醸成やコミュニティの活性化を図ります。

### 宝くじの助成金で整備しました

●対象 平成23年2月以降新規加入した従業員の、平成26年1～12月に納付した掛金

●申し込み 平成27年1月5日(月)～20日(火)に、所定の書類に必要事項を記入の上、直接左記、または、丸子・真田・武石地域自治センター産業観光課窓口へ。

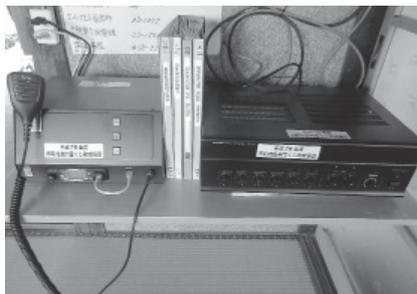
●その他 市税に滞納のある事業主は補助を受けられません。

問 上 雇用促進室 TEL 24・7363

◇学海南自治会  
 屋外放送設備を整備しました。迅速な情報伝達ができるため、コミュニティの活性化、安心、安全な地域づくりに活用します。



◇手塚自治会  
 屋外放送設備を整備しました。コミュニティ情報、災害時の緊急情報、稲作時の水利情報などの伝達手段として活用し、コミュニティの活性化を図ります。



問 上 市民参加・協働推進課  
 TEL 75・2230

お知らせ

### 二年参り・初詣は別所線で!

交通渋滞対応として、別所線では12月31日(水)深夜、臨時列車を運行します。大学前駅パーク&ライド駐車場(無料62台)もご利用ください。

●詳細 上田電鉄ホームページ、または電話で上田電鉄(株)運輸部(Tel 39・7117)、別所線上田駅(Tel 22・3612)へ。

問 別所線電車存続期成同盟会事務局(上地域交通政策課内)  
 TEL 23・5011

### マイマイガの卵(塊)の除去をお願いします

来年の「マイマイガ」大発生を抑えるため、年末の大掃除に合わせて卵(塊)の除去をお願いします。

●除去方法 外壁などに付いた卵塊は、柔らかいヘラ(ペットボトルを半分に切ったものでも可)などでそぎ落とす。

●処分方法 小袋などに入れて燃えるごみとして処分してください。

●注意事項 作業の際は、舞い上がった鱗毛が目に入ったり、口から吸い込んだりすることを防ぐため、手袋・ゴーグル・マスクを着用するか、水をかけるなどをして飛散しにくくしてから行ってください。

問 上 生活環境課 TEL 23・5120

## お知らせ

冬期間の安全な交通確保のために  
道路の除雪作業にご協力を！

今年の2月の大雪を受け、国・県・市の行政間の連携強化策や具体的な対応策について検討・調整を進めています。市では、冬期間における円滑な道路交通を確保し、市民生活の安定を図ることを目的として、道路除雪計画に基づき、除雪作業に取り組んでいますが、行政ですべての道路を除雪することは、非常に困難です。市民の皆さんと行政が一体となった除雪にご協力をお願いします。

## ○除雪および凍結防止剤散布作業

市は、除雪指定路線(幹線道路・峠道)の積雪が10cmを超える時に除雪を実施し、引き続き降雪が予想される場合は、指定した補助路線まで実施します。なお、大雪時は、体制強化を図りながら状況に応じた除雪・排雪作業を行います。

また、凍結防止剤散布は、指定路線の路面が凍結の恐れがある場合に専用機械で散布します。

※除雪・凍結防止剤散布指定路線図は、市役所土木課、各地域自治センター、市ホームページで閲覧できます。

## ○生活道路・歩道および出入口部分の除雪をお願いします

国道・県道・市道の指定路線以外の生活道路や歩道などの除雪は、市民の皆さんのご協力をお願いします。

除雪車が通過した後、住宅の出入口をふさいでしまうことがあります。ふさいでしまった雪の除雪は、各家庭で道路脇に寄せるなど、ご理解とご協力をお願いします。

なお、宅地内の雪を道路に出すことや水路に雪を捨てることは、危険ですのでやめましょう。

## ○雪捨て場の設置

大雪対応として平成27年3月31日(火)まで、市で雪捨て場を設置します。詳細は問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

## ○路面凍結防止剤の配布(自治会が対象)

生活道路の凍結防止のため、自治会の要望により凍結防止剤を配布しています。日陰などの凍結している市道に散布をお願いします。

問 国道18号・上田バイパス・上田坂城バイパス／長野国道事務所上田出張所 TEL22・2737

国道18号以外の国道・県道／上田建設事務所維持管理課 TEL25・7166

市道／ 土木課 TEL23・8242

 建設課 TEL42・1032

 建設課 TEL72・4331

 建設課 TEL85・2793



上 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)

## 催し

### ふれあいさなだ館の催し

◇腹話術&マジックショー

●日時 平成27年1月3日(土)正午～

●内容 ヒロ・タッキーによる腹話術&マジックショー、ちびっ子たちとジャンケンゲーム(賞品あり)

◇新春歌謡ショー

●日時 1月21日(水)午後0時30分～

●内容 土屋千明さん(キングレコード)による歌謡ショー

◇共通事項

●料金 無料(別途入館料)

●ふれあいさなだ館

TEL72・2500

(☎教育事務所)

### 長野県農業法人等就業フェア

農業法人・農家などへの就職希望者と、求人している農業法人・農家との合同説明会、就農相談会を行います(服装自由)。

●日時 平成27年1月18日(日)午前10時～午後3時30分

●場所 松本勤労者福祉センター

●内容 ①農業法人等求人面接会(県内農業法人・個人農家が個別に面談)、②新規就農相談会(専任相談員・就農コーディネーターなどが就農相談に対応)

●対象 農業法人・農家への就職希望者、検討中の方、独立して就農をお考えの方

●参加費 無料(申込不要)

●詳細 (公社)長野県農業担い手育成基金のホームページ、または電話(026・231・6222)で長野県新規就農相談センター事務局へ。

☎農政課 TEL23・5122

### 介護予防体操

自宅でできる体操を実践・紹介します(参加費無料。申込不要)。

●期日/場所 平成27年1月8日(木)／高齢者福祉センター、1月16日(金)／武石公民館、1月19日(月)／真田老人福祉センター、1月20日(火)／丸子ふれあいステーション

●時間 午前11時～正午

●持ち物 水分補給用飲料

☎高齢者介護課

TEL23・5140

### 講座・教室

#### 冬の健康づくり教室

●日時 平成27年1月23日・30日、2月6日・20日・27日、3月13日の金曜日、午後1時30分～3時30分

●場所 自然運動公園総合体育館

●内容 ストレッチ、ニュースポーツなど

●講師 上田市スポーツ推進委員

●参加費 1回100円

●持ち物 運動のできる服装、上履き、水分補給用飲料

●申し込み 1月19日(月)までに、電話、または直接左記窓口へ。

☎塩田公民館 TEL38・6883

### 成人男性のための土曜ヨガクラブ for men

●日時 平成27年1月24日、2月7日・21日・28日、3月7日・14日の土曜日、午前8時30分～10時

●場所 真田中央公民館

●講師 長崎典子氏(ヨガ講師)

●対象 市内在住の成人男性とその家族・友人(女性可)

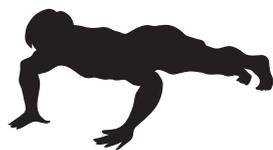
●定員 先着25名

●参加費 600円(初回一括納入)

●申し込み 12月24日(水)午前8時30分以降、電話、または直接左記窓口へ。

☎真田中央公民館

TEL72・2655



# 情報ア・ラ・カルト

## カラダ元気℃ 測定しませんか？

専門機器(体組成計)で筋肉や脂肪の付き方を調べ、あなたの元気度(各種運動機能)を確認します。測定は1年に1回程度が目安です。

●日時 平成27年1月8日(木)、2月5日(木)、3月5日(木)の午後1時30分～3時30分、または1月22日(木)、2月23日(月)、3月11日(水)の午前9時30分～11時30分(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、次回を案内します)

●参加費 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 健康推進課 TEL 28・7123

## 生涯学習上田自由塾 公開講座

●日時 平成27年1月19日(月)午前10時～11時30分

●場所 塩田公民館

●演題 「安全な山歩きとは」

●講師 中嶋豊氏(元長野県警山岳救助隊員)

●申し込み 住所、氏名、連絡先を、

講座・教室／募集

電話で左記へ(参加費無料)。  
生涯学習上田自由塾  
TEL 22・6840

問 生涯学習課

## 第6回子どもの 心と体を育む教室

●日時 平成27年1月29日(木)午前10時～11時(受付9時45分)

●場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ

●内容 子どもの発達を豊かにする関わりと遊びのお話と、親子ふれあい遊びの実践

●講師 臨床心理士、保育士

●対象 7～10か月頃の児と保護者

●定員 先着20組

●申し込み 12月24日(水)以降、電話で左記へ。

問 健康推進課 TEL 23・8244

## 募集

### 非常勤職員保育士を募集

●応募資格 保育士資格のある方(平成27年3月31日までに資格取得見込みも可)

●採用人数 若干名

●勤務場所 市内公立保育園

●任用期間 平成27年4月1日～28年3月31日の必要な期間

●勤務条件 原則週38時間45分以内

で割り振り、社会保険、雇用保険、労災保険などに加入、賃金は市の規定により支給

●必要書類 履歴書(写真付)、返信用封筒(82円切手貼付、宛名を記入)、保育士証の写し、または資格取得見込証明書

●面接日 1月27日(火)・28日(水)

●応募方法 1月19日(月)までに、左記窓口に必要な書類を持参、または郵送(〒386-0001 中央6-5-39 保育課宛)してください。面接日時を電話連絡しますので、連絡先を必ず記入してください。

問 保育課 TEL 23・5132

### 27年度学校給食用食材 納入業者の指定申請受付

●申請期間 平成27年1月9日(金)～30日(金)の午前9時～午後4時(土・日・祝日は除く)※郵送の場合は1月30日(金)必着

●申請場所 各学校給食センター

●申請方法 申請書に必要事項を記入し、郵送、または直接左記へ。

●その他 条件などの詳細、申請書の請求は左記へ。

問 第一学校給食センター

TEL 22・7084

第二学校給食センター

TEL 25・1287

丸子学校給食センター

TEL 42・2892

上 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)

## 上田市民劇場会員募集!

会費を持ち寄り運営している會員制の演劇鑑賞団体です。會員からの紹介、または3名以上のサークルを作って申し込みください。どなたでも加入できます(随時募集中)。

●入会金 1500円

●会費 一般2500円、学生1000円

◇第310回例会

「劇団朋友『ロッカビーの女たち』(サントミューゼ開館記念事業)

●日時 平成27年1月22日(木)午後6時45分～、1月23日(金)午後1時30分

●場所 サントミューゼ

問 上田市民劇場 TEL.22・9697  
(サントミューゼ)

## 自衛官候補生の募集

●応募資格 平成27年4月1日現在、18歳以上27歳未満の男子

●受付期間 平成27年1月15日(木)まで

●採用試験日 平成27年1月25日(日)

問 自衛隊上田地域事務所  
TEL.22・5267  
(上市民課)

## 募集

### 神城断層地震災害義援金を募集しています

11月22日に発生した長野県神城断層地震により被災された方々を支援するための義援金を募集しています。義援金は日本赤十字社長野県支部を経て、長野県に設置される災害義援金配分委員会を通じて全額被災者に配分されます。

#### ●期間

平成27年3月31日(火)まで

#### ●募金箱設置場所

市役所本庁舎1階(総合案内窓口付近)、南庁舎1階(福祉課窓口前)、各地域自治センター

問 上 福祉課 TEL.71・8081



## 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す。厚くお礼申し上げます(10月分)。

◇故荒井知子様 現金37,271,896円/地域振興のため

◇株長野銀行様 現金10万円/ふるさと寄附金Fコースとして

◇松本和久様 絵画「パレット・フラワー」1点、壁画原画4点、壁画制作記録写真集2点/アクアプラザ上田へ

◇飯嶋重人様 絵画「水底の青」1点/アクアプラザ上田へ

◇中村光一様 絵画「灯台」1点/アクアプラザ上田へ

◇上田城南ライオンズクラブ様 スタンドピアノ1台/交流文化芸術センターへ

◇上田西ロータリークラブ様 車いす3台、デザインチェア6台/交流文化芸術センター、市立美術館へ

◇柄澤犀千朗様 ひな人形一式/国分保育園へ

◇株都筑製作所様 ガスパワー発電機5台/市主催イベントの電源、有事の非常用電源として

※参加費(受講料)、申し込みの記載がないものは、参加費無料、申込不要です。

## 上田図書館

TEL22・0880

### 本のリサイクル市を開催します

図書館で不用になった本や各家庭から提供いただいた本を、希望者に無料でお譲りします。

**日時** 12月20日(土)10:00~11:30

**場所** 上田創造館

## 上田情報ライブラリー

TEL29・0210

### 絵本だいすきっ子 あつまれ~!

読みの会「稲穂」の皆さんによる絵本の読み聞かせです。

**日時** 平成27年1月10日(土)11:00~11:30

**場所** 絵本コーナー

**内容** 紙芝居/「くまたのねんがじょう」  
絵本/「十二支のはじまり」、「あけましておめでとう」、「うしろにいるのはだあれ」ほか

**対象** 幼児、児童、保護者ほか

### 配色すてきにセンスアップ講座

インテリアやファッションの配色を身につけませんか。

**日時** 平成27年1月22日・29日、2月5日・19日・28日、  
3月5日・12日・19日の木曜日(2月28日のみ土曜日)、19:00~20:30  
(2月28日(土)は14:00~15:30。全8回)

**講師** 牧谷孝則氏(まきたにたかのり)(元多摩美術大学デザイン科講師)

**定員** 先着15名

**受講料** 一般6,000円、学生4,000円(別途教材費)

**教材** PCCSハーモニックカラーチャート(お持ちでない方は3,000円で販売しますので、申込時にお知らせください)

**申し込み** 12月21日(日)~1月18日(日)に、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** 平成27年1月22日(木)13:30~15:00

**演題** 城下町上田をゆく 職人巻の一

**講師** 尾崎行也氏(おざきゆきや)(上田社会教育大学講師)

**定員** 先着36名

**申し込み** 12月26日(金)以降、電話で。

※12月28日(日)~平成27年1月4日(日)は年末年始休館

## 新春邦楽コンサート

新年の幕開けを、和楽器(琴、尺八)と洋楽器(フルート、ピアノ)の素敵な音色でお楽しみください。

**日時** 平成27年1月24日(土)18:45~  
(受付18:15~、開場18:30)

**出演** 三井由香氏(みつい ゆか)(琴)、中村和己氏(なかむら かずみ)(尺八)  
小林文恵氏(こばやし ぶんえ)(フルート・ピアノ)

**プログラム** 「春の海」、「さくら」、「かごめかごめ」、「シェルブールの雨傘」、「追憶」、「津軽海峡冬景色」ほか

**定員** 先着70名

**料金** 一般1,200円(前売り1,000円)  
高校生以下無料(要事前申込)

**申し込み** 12月22日(月)以降、電話で。

## 市民の森スケート場

TEL27・9396

### 市民の森スケート場まつり

**日時** 平成27年1月10日(土)9:00~14:30  
(スケート場は16:30まで開放)

**内容** スピードスケートの模範滑走・スケート講習会、  
プロフィギュアスケーター模範演技・スケート講習会、  
パラリンピック出場経験者によるアイススレッジホッケー模範試技・体験会、氷上パン食い競走、パイプ椅子押し競走など

**貸し靴代** 300円(参加費無料)

**持ち物** 帽子、手袋(危険防止のため)

**問** ☎スポーツ推進課 TEL23・6372

TEL090・6505・8742(当日のみ)



## アクアプラザ

TEL26・2626

### アクアプラザ上田 正月イベント

恒例の餅つき大会で新年を祝いましょう。

**日時** 平成27年1月2日(金)11:30～

### 大人の水慣れ教室(6回コース)

**日時** 平成27年1月8日～3月19日の第1・3・5木曜日  
12:00～12:50

**内容** クロールの基本

**定員** 先着10名

**参加費** 2,300円(別途入館料)

**申し込み** 12月22日(月)以降、参加費、印鑑を持参して  
窓口へ(12月28日～1月1日は休館)。

## マルチメディア情報センター

TEL39・1000

URL <http://www.umic.jp/>

### お正月を遊ぼう

**日時** 平成27年1月5日(月)10:00～16:00

**内容** ジャンボかるたとり大会、もちつき大会、オリ  
ジナル凧づくり、お正月の遊び、お年玉パンチ  
ボックス

**対象** 幼稚園・保育園児～中学生

### はじめてのパソコン3日間コース[Windows 8使用]

電源の入れ方、基本操作、簡単な文書作成まで、じっく  
りと時間をかけて学びます。

**日時** 平成27年1月15日・22日・29日の木曜日  
13:30～16:00

**対象** これからパソコンを始める方

**定員** 先着20名(最少催行人数5名)

**受講料** 3,500円

**申し込み** 12月18日(木)～1月12日(月・祝)に、電話で。

### Word初心者講座2日間コース[Word2013使用]

**日時** 平成27年1月16日(金)・23日(金)13:30～16:00

**対象** 文字入力のできる方

**定員** 先着20名(最少催行人数5名)

**受講料** 2,500円(別途テキスト代1,296円)

**申し込み** 12月19日(金)～1月15日(木)に、電話で。

### はじめてのiPad

iPadの基本操作、文字入力、ホームページの検索、アプ  
リの活用などを、実機を使って学びます。

**日時** 平成27年1月20日(火)13:30～16:00

**対象** iPadに興味がある方、iPadを使い始めた方

**定員** 先着20名(最少催行人数5名)

**受講料** 1,500円

**申し込み** 12月23日(火・祝)から1月19日(月)に、電話で。

### パソコンで絵を描こうセミナー

ArtRage(アートレイジ)で、ペンタブレットを使って描  
きます。自分の好きなものを写真に撮って下絵にするので  
初心者でも楽しめます。

**日時** 平成27年1月24日(土)13:30～16:00

**講師** 児玉藤枝氏(デザイナー)

**対象** 興味のある方

**定員** 先着20名(最少催行人数5名)

**受講料** 1,500円

**持ち物** 自分が描きたい写真のデータ(USBメモリ)

**申し込み** 12月27日(土)～1月23日(金)に、電話で。

## エコ・ハウス

TEL23・5144

(受付時間/月～金曜日10:00～16:00)

### エコ・ハウスで古着を回収します

ボランティア団体「エコ・サポート21」で、家庭で着な  
くなった古着を回収します。

**日時** 平成27年1月9日(金)10:00～12:00

**方法** ビニール袋に入れてお持ちください。

### 冬場も「ぱっくん」が利用できます

生ごみ処理基材「ぱっくん」を使ってごみの減量化に取り  
組んでみませんか。

**料金** 1袋400円(市内在住の方は半額)

**持ち物** 印鑑

**使用方法** 温度が上がりにくいですが、徐々に分解するの  
で心配入りません。野菜などは大きなまま入れ  
ず、少し細かくしてから入れてください。使用  
済みの油も冷めてから入れると処理できます。

**その他** 家庭で使い切れない使用済みぱっくんは、エコ・  
ハウスで引き取ります。透明ビニール袋に入れ  
てお持ちください。

# 学校体育施設(体育館・グラウンド)を開放!!

～平成27年度利用団体の登録を受け付けます～

市では、市民スポーツの普及振興を図るため、学校の体育施設を一般に開放しています。1年ごとに利用団体の登録を更新していますので、平成27年度の利用を希望される場合は必ず申し込みください。

## ■利用できる施設・日時(学校により利用時間が異なる場合があります)

地域	利用できる施設		利用できる日時
上田	体育館	上田地域(旧上田市内)の小・中学校	年間(日曜日・祝日・年末年始は除く) 4月1日～7月31日18:30～21:00 8月1日～3月31日18:00～21:00
	グラウンド	第一・第四・第五・塩田・第六中学校 西・北・塩尻・川辺・神川・豊殿・南・ 塩田西小学校	5月1日～10月31日(日曜日・祝日は除く) 18:30～21:00
丸子	体育館	丸子・丸子北中学校 丸子中央・西内・丸子北・塩川小学校	年間(年末年始は除く)18:00～21:00 土・日・祝日は8:30～21:00
	グラウンド	丸子中央・西内・丸子北・塩川小学校	土・日・祝日(年末年始は除く) 8:30～18:00
真田	体育館	菅平・真田中学校 菅平・長・傍陽・本原小学校	年間(年末年始は除く)19:30～21:30
	グラウンド	菅平・真田中学校 菅平・長・傍陽・本原小学校	5月1日～10月31日までの土・日・祝日 8:00～17:00
武石	体育館	武石小学校	年間(年末年始は除く)17:00～22:00 土・日・祝日は8:30～22:00

※下表の体育施設は改築・耐震化工事が予定されており、利用できない期間があります。

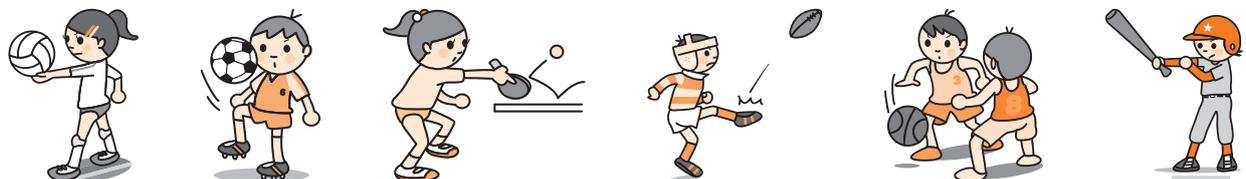
地域	対象施設	
上田	体育館	城下・浦里・東・西・塩尻・神川・塩田西小学校、第四中学校
真田	体育館	長小学校

**対象団体** 市内在住・在勤・在学の方で構成された、成人の指導者がいる団体

**登録方法** 下表の提出先にある所定の登録用紙に必要事項を記入し、期間内に提出してください(郵送の場合は最終日必着)。複数の学校を希望する場合は、学校数分の登録が必要です。

**その他** 各地域で運用方法が異なります。詳細は、利用希望地域の提出先に問い合わせください。

利用希望地域	提出先(問い合わせ先)		電話番号	提出期間
上田	 スポーツ推進課	天神1-8-1**	23・6372	平成27年1月5日(月)～2月6日(金) (締切厳守)
真田	 教育事務所	真田町長7199-1	72・2655	
武石	 教育事務所	下武石740	85・2030	
丸子	丸子総合体育館	御岳堂1-1	43・2250	2月下旬開催予定の調整会議後に提出 (詳細は左記へ問い合わせください)



※スポーツ推進課(教育委員会)は1月5日から上田駅前ビル・パレオ5階に事務所を移転しますので、ご注意ください。

# 平成26年度「税に関する中学生の標語」入選作品が決定しました

税の役割と期限内納税の重要性を正しく理解していただくため、市内中学生を対象に納税標語を募集したところ、1176作品が寄せられました。審査の結果、次の作品が入選されました(敬称略)。

## □上田市長賞

税金は 輝く未来 作るため	一 中	小島 友紀
税金を しつかり納めて 明日への一歩	一 中	大久保 康平
支えます みんなの夢を この税で	二 中	新井 初生
税金で 築いていこう 未来の日本	二 中	宮嶋 亮弥
その税で 豊かな暮らし 広がる未来	三 中	瀬在 理沙
税金で つなごう照らそう 日本の未来	三 中	塩原 咲希
納税が 未来の扉の 鍵開く	四 中	北澤 里奈
納税で 明るく輝く 町づくり	四 中	宮島 直輝
税金で 明るい未来 豊かな社会	五 中	中曽根 七海
税金で 築く未来の 笑顔の輪	五 中	小笠原 良晴
税金が 身近なくらし 支えてく	塩田中	田村 萌花
税金が 未来をつくる 変えていく	塩田中	柳沢 雄斗
納税で 築く日本の 豊かな未来	六 中	山崎 ゆり菜
国民の 税でかなえる 国の未来	六 中	松本 瑞希
税金で 支えていこう この社会	丸字中	栗木 菜津子
税金で 未来の花を 育てよう	丸字中	齊藤 麗菜
税金を 納めてつくる 明るい社会	菅平中	正橋 かほる
税金は 家族を守り 生活を守る	菅平中	大久保 星那
この日本 みんなの税が 支えてる	真田中	滝沢 恵美加
税金を 納めて守ろう みんなの暮らし	真田中	志賀 祐香
税金は 豊かな暮らしを 支えてる	依田窪南部中	近藤 綾音
税金は みんなのくらし 守るもの	依田窪南部中	滝澤 沙弥

## □上田税務署長賞

税金は あなたの未来を つくります	一 中	小林 優太郎
育てよう 日本の未来 税金で	二 中	春原 浩司
納税は 未来へつなぐ 橋渡し	三 中	田守 克也
税金で たしかな未来 育もう	四 中	塚越 裕二郎
税金と 共に築こう 明るい未来	五 中	松井 菜納
使い道 しつかり知ろう 税金の	塩田中	本間 貴大
税金で 創るみんなの 夢希望	六 中	山崎 隆道
この国の すてきな未来を 税金で	丸字中	齋藤 絵里
税金で 豊かな暮らし 明るい未来	菅平中	山下 柊羽
税納め 夢ある未来 育もう	真田中	高寺 裕二
税金で 明るい暮らし 増やそうよ	依田窪南部中	櫻井 美紅

## □上小・更埴租税教育推進協議会長賞

税金が 未来を守る 源に	一 中	渡邊 美咲
安心な 日々の生活 創る税	二 中	市川 明日香
消費税 みんながつくる みんなの未来	三 中	立岩 友子
税金は 国を支える 大きな柱	四 中	塩崎 桃香
税金で 築こう託そう 平和な未来	五 中	吉永 匠吾
税金で 暮らしの安心 作りだす	塩田中	西川 望結
納税で 増えるみんなの 明るい笑顔	六 中	池田 泰盛
税金は 未来をつくる エネルギー	丸字中	太田 菜々
納税で 支えていこう 日本を	菅平中	横須賀まりな
僕たちの 未来を守ろう 税金で	真田中	山本 聖
納税で 幸せな暮らし 創ろうよ	依田窪南部中	北沢 雪

## □全国間税会総連合会 入選

国のため 私も払える 消費税	依田窪南部中	上野 結菜
----------------	--------	-------

## 短歌

小宮山 久子 選

### 入選

わが欲りし友のたよりの来たりけり秋天澄める水曜の午後  
横断歩道渡り終へたる一年生頭を深く下ぐ車内のわれに  
言えぬから短歌に心情盛り込みて湧き出る泉尽きること無し

### 佳作

我が顔の怒って見える時はいや鏡のぞきて笑ってみせる  
「涙流せばきつと良いことあるんだよ」亡母の言葉にいつわりはなき  
思い出のアルバムめぐりふと思ふ遺影の一枚決めておかねば  
八十歳どさんと足が動かない無理してまげるりハビリ痛しよ

### 選者詠

百日紅の細き枯枝剪りのこし老いそむる庭冬を迎ふる  
〔評一首目〕 待ちわびた友からの手紙が来たことを素直にゆつたり詠っています。下句の清々しい言葉に支えられて、その嬉しさに共感できるのでしょつ。

浦野南田地 羽生田めぐ美  
上室賀 宮下和可子  
城北 山崎 深幸

長瀬 小林 国男  
南 方 滝澤まさ子  
大屋 竹内 啓子  
富士山 西澤満智子

### 2月号の投稿方法

- 未発表作に限り種類ごと別々のがきで裏面に住所、氏名、自治会名、短歌・俳句・川柳の別を記入の上、下記へ。
- 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上、投稿してください(短歌は2首まで。掲載作への返信は除きます)。
- 掲載作は、選者が添削して掲載する場合があります。
- ◆住所 〒386-0025 天神2-4-74
- ◆締め切り 12月25日(木)必着
- ☎ 教育総務課 TEL23・5100

## 俳句

島田 洋子 選

### 入選

秋の雲綿菓子といふ遠きもの  
八方に山ある暮らし十三夜  
一束に地の重みあり稲を干す

### 佳作

風雨去りほほと紫苑の立ちてをり  
残菊のゆつくり枯れてゆきにけり  
亡き夫の植えし庭木に秋螢  
閉店の老舗のチラシ秋深む  
甘柿や青空弾く鳥の声  
堤道どこまで続く虫の闇

草を刈る手にも鎌にも露しとど  
蟬螂の日向に出でてひかれをり  
文月やゲーテの詩集ひもとけり  
選者吟  
歪みたる南瓜や画家に選ばれる

〔評一首目〕 青空に浮かぶ雲を見て、遠い記憶の中の幼き日々を、ふわふわの綿菓子と共に思い出したのである。省略のきいた詩情のある句。

中村 児玉 愛子  
下組 室賀 悦子  
材木町 田口貴美子

染屋 綱嶋ツナエ  
北常田 松沢 昭一  
須川 手塚喜代子  
大屋 矢島 茂雄  
北常田 斎藤 千里  
長瀬 石原 張男  
下丸子 三井志げ子  
住吉が丘 布施 典子  
長島 松井 律子

## 川柳

齊藤 俊酔 選

### 入選

うるさいが妻の存在有りがたく  
聞きかじり尾ひれがついて泳いでる  
引き継いだ手の内母の知恵袋

### 佳作

一声で集う仲間に恵まれる  
ブレーキをつけてやりたい妻の口  
へそくりがばれそうだった衣替え  
何気なく出るどっこいしょ心地好い  
洒落っ気に若さも人も寄ってくる  
自衛権線引き出来ぬ司令塔  
人並みに老いたと笑う物忘れ  
健康の妙薬朝のウォーキング  
お似合いよその一言に舞い上がり  
選者吟  
姑めが嫁に繋いだ隠し味

〔評一首目〕 世の男性は、多かれ少なかれ作者のような気持を持っているのは、男とは意外と慎ましやかな人種、なかなか口には出せないもの、奥様方よろこぶ。

城北 関 敏雄  
金井 伊東 恒夫  
川辺町 尾見 志子  
塩川 下村 正枝  
踏入 畔上 綾子  
城北 樋口 美清  
長島 半田 彰一  
御所 長坂 千代  
大手町 横山 允彦  
中村 児玉 愛子  
下常田 遠藤 夙子  
塩川 横山 里美

## イベント・ナビ 1月

期日	行事	問い合わせ先
3日(土)	ニューイヤーコンサート2015	信州国際音楽村 TEL42・3436
7日(木)	信濃国分寺八日堂縁日(・8日)	信濃国分寺 TEL24・1388
10日(日)	市民の森スケート場まつり	市民の森スケート場 TEL27・9396
11日(月)	平成27年上田市成人式	生涯学習課 TEL23・6370
12日(火)	仲道郁代の親子で楽しむピアノコンサート	サントミュージゼ TEL27・2000
17日(日)	サロントークin真田丸の世界	上田情報ライブラリー TEL29・0210
18日(月)	平成27年上田市消防出初式	消防総務課 TEL26・0119
29日(木)	神谷未穂ヴァイオリンコンサート(上野が丘公民館)	サントミュージゼ TEL27・2000

# 1月の乳幼児健診・教室

携帯版保健ごよみ



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** 塩田地域自治センター(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

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 4か月児	26年8月16～31日生	6日(火)	<b>上田</b>	12:30 ～ 13:45
	26年9月1～15日生	22日(木)	<b>上田</b>	
	川辺・泉田・塩田・川西の26年8月生	9日(金)	<b>川西</b>	
診 1歳 6か月児	25年6月16～30日生	14日(水)	<b>上田</b>	
	25年7月1～15日生	27日(火)	<b>上田</b>	
	塩田・川西の25年5月16日～7月15日生	16日(金)	<b>塩田</b>	
診 2歳児 歯科	24年10月1～15日生	20日(火)	<b>上田</b>	12:30 ～ 13:15
	24年10月16～31日生	30日(金)	<b>上田</b>	
診 3歳児	23年12月1～15日生	8日(木)	<b>上田</b>	12:30 ～ 13:45
	23年12月16～31日生	23日(金)	<b>上田</b>	
教 7か月児	26年5月16～31日生	6日(火)	<b>上田</b>	9:30 ～ 9:45
	26年6月1～15日生	15日(木)	<b>上田</b>	
	川辺・泉田・塩田・川西の26年6月生	21日(水)	<b>川西</b>	
室 おたんじょう	26年1月1～10日生	7日(水)		
	26年1月11～20日生	13日(火)	<b>上田</b>	
	26年1月21～31日生	28日(水)		

市内委託医療機関(個別)

健診	10か月児	26年2月16日～3月15日生	1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	26年8月生	8日(木)		12:30 ～ 13:15	
	10か月児	26年3月生	30日(金)		
診 1歳 6か月児	25年6月生	13日(火)	<b>丸子</b>		
	3歳児	23年12月1日～24年1月15日生	16日(金)		
教室	おたんじょう	25年12月・26年1月生			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	10か月児	26年2・3月生		13:15 ～ 13:40
教 7か月児	26年6月生	21日(水)	<b>真田</b>	9:50 ～ 10:00
	おたんじょう	25年10～12月生	9日(金)	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 4か月児	26年8月生	8日(木)	<b>丸子</b>	12:30 ～ 13:15
	10か月児	26年2・3月生		13:00 ～ 13:10
診 1歳 6か月児	25年6・7月生	22日(木)	<b>武石</b>	13:10 ～ 13:20
	2歳児 歯科	24年11月～25年2月生		13:10 ～ 13:20
教室	おたんじょう	25年12月～26年2月生まれ		9:30 ～ 9:40



健康推進課 TEL28・7123

## 4つの食品群 ～第3群 いも・果物・きのこ・海藻のお話～

いも・果物・きのこ・海藻には、野菜と同様、ビタミン類や食物繊維が多く含まれており毎日食べることが必要ですが、20・30代の青年期では摂取量が少ない食品です。

1日の適量は、じゃがいも中1個、きのここと海藻を50gずつ、果物80kcal分(例:りんご1/2個、みかん2個、バナナ1本)です。この量で、野菜350gと同じくらいの食物繊維をとることができます。

いもと果物には糖も多く含まれ、エネルギー源にもなっています。特に、果物はすぐにエネルギーとなるため、子どものおやつに向いています。

◎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

# 1月の相談コーナー

相談名	実施日	時間	場所	申し込み	連絡先
市民相談/交通事故相談/多重債務相談	毎週月～金曜日	9:00～12:00 13:00～16:00	上田市役所(本庁舎)	不要	
法律相談	9日(金)・23日(金)	13:00～16:00		事前に電話で	生活環境課 TEL22・4140
行政相談(くらしの困りごと相談)	13日(火)	10:00～15:00	上田市役所(南庁舎)	不要	
土地境界問題/登記法律相談/不動産鑑定相談	8日(木)	13:00～16:00			
行政相談/登記・法律相談	14日(水)	9:00～12:00	丸子地域自治センター	事前に電話で	市民生活課 TEL42・1216
人権擁護委員による 人権悩みごと相談	毎週月・水・金曜日 (祝日除く)	9:00～16:00	長野地方務局 上田支局	不要	TEL23・2001
	8日(木)	13:00～16:00	上田情報ライブラリー		人権男女共同参画課 TEL23・5393
	8日(木)・18日(日)	9:00～12:00	丸子ふれあいステーション		丸子解放センター TEL42・6694
	10日(土)		真田総合福祉センター		市民生活課 TEL72・0154
	13日(火)		武石地域自治センター		市民生活課 TEL85・2827
女性弁護士による法律相談	22日(木)	10:00～12:00			TEL27・2988
女性相談員によるなんでも相談	毎週火曜日	11:00～18:00	市民プラザ・ゆう	事前に電話で	TEL27・3123
	毎週木曜日	10:00～17:00			
	10日(土)・24日(土)	10:00～17:00			
もの忘れ・認知症相談	1月の相談はありません				高齢者介護課 TEL23・5140
ひきこもり相談	相談の上決定します				健康推進課 TEL23・8244
こころの相談	相談の上決定します				
上田商工会議所法律相談	21日(水)	13:30～15:00	上田商工会議所	事前に電話で	TEL22・4500
青少年電話相談	毎週月～金曜日	9:00～16:00	—	—	少年育成センター TEL22・8080
ひとり親家庭・児童相談	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	不要	子育て・子育て支援課 TEL23・2000
発達相談				事前に電話で	発達相談センター TEL24・7801
児童生徒の教育相談				不要	教育相談所 TEL27・0241
中小企業診断士による無料経営相談	相談の上決定します		上田情報ライブラリー	事前に電話で	TEL29・0210
自然エネルギー活用・省エネの進め方相談	相談の上決定します				
わが子の就職等相談会	毎週月曜日	13:30～16:30	若者サポート ステーション・シナノ	事前に電話で	TEL75・2383
若者のための仕事何でも相談	毎週月・木・金曜日				
求職・労働・生活相談	毎週月～木曜日 (祝日除く)	8:30～12:00	勤労者福祉センター	事前に電話で	雇用促進室 TEL24・7363
生活・就労相談	毎週月～金曜日 (祝日除く)	9:30～17:00	社会福祉協議会 (ふれあい福祉センター)	不要	まいさぼ上田 (生活・就労支援センター) TEL71・5552

## 不用品交換情報

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

(交換は無料です)

(11月18日現在の登録状況)

- **ゆずりませ** スクール水着(150cm・上下離れているもの)/マッサージ器(10年以上)/もちつき機(つくだけ)/ガスストーブ(プロパン用)/整理ダンス/文机/スキー式(女性用)/スノーボード/やかん/電動ミシン/賞状用額/ハムスター飼育カゴ/学生服(中学男子)
- **ゆずってください** ベビーベッド/ジュニア布団/三輪車/秋和保育園制服/女児服(110～120cm)/もちつき機(蒸せるタイプ)/掃除機(サイクロン式)/地デジ用テレビ(小型)/子ども用自転車(18～20インチ)/子ども用自転車(補助輪付き)/スキー式(男性用)/稲わら/ビニールハウス用パイプ/LPレコード/羽毛布団(ダブル)/はぜ棒/薪(ストーブ用)/唐箕/こたつやぐら/電話機(子機付き)

**ウィークエンドリサイクル**  
時間 10:00～12:00

第1土曜日 1月3日のウィークエンドリサイクルはお休みします  
第2土曜日 ツルヤ丸子店・西友秋和店・ツルヤ神畑店  
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と植物油インキを使用しています。

