



信州国際音楽村 信州ルネッサンス2014

 信州国際音楽村は、車イスでご利用いただけます。

開村27周年を迎える今年は、メインコンサート以外にも「ルネッサンスウィーク」として、9日間にわたり、音楽や芸術、舞台などで活躍する様々なアーティストのイベントが開催されます。

◇メインコンサート 「ビリー・バンバンスペシャルライブ」

日時 6月7日(土)午後6時～8時(開場5時30分)
チケット 前売り／一般3,000円、小中学生1,500円
当日券／一般3,500円、小中学生2,000円



◇星空オペラ 「ドン・パスクァーレ」(ハイライト)

出演者の肉体と歌だけで、楽しいオペラの世界を目の前に作り出す、新しい試みのオペラです。

日時 5月31日(土)午後7時～(開場6時30分)
出演 はけやましげ 畠山茂、かみむらあさこ 上村朝子、さとうのり 佐藤望、おおかわのふゆき 大川信行、おのであみき 小笠寺美樹(ピアノ)
演出 みろくたかし 彌勒忠史
チケット 一般2,500円 小中学生1,000円(前売り・当日共通)



◇共通事項

場所 野外パノラマステージひびき(全席自由・少雨決行)
チケット あさかわ、五味和楽器店、佐藤新聞店、丸子文化会館、平安堂(上田店・上田しおだ野店)、わかまつ、信州国際音楽村 ほか

◇期間中のその他のイベント

- 6月1日(日) 信州国際音楽村公園バラの会矢澤秀成講演会「想いを育てる」
やざわひでなる
- 2日(月) 秋場敬浩ピアノリサイタル
あきば たかひろ
- 3日(火) うたって遊ぼう！親子のふれあい音楽会
- 4日(水) 親子で楽しむラトレのファミリーコンサート
- 5日(木) スーパー・コンパクト・オペラシアター
- 6日(金) トランペット・トロンボーン・ピアノトリオ～TRADEアフタヌーンコンサート
- 7日(土) 音楽村開村27周年記念式典、ふれあい広場、パフォーマンスステージ
- 8日(日) クララのよくばりコンサート、バラの育て方講座

問 音楽祭実行委員会(信州国際音楽村内) TEL42・3436



目次

- 1 信州国際音楽村 信州ルネッサンス2014
- 2 臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金が支給されます
- 4 情報ピックアップ
- 6 情報ア・ラ・カルト

- 12 施設イベント
- 14 文芸、イベントナビ
- 15 6月の乳幼児健診・教室、行政チャンネル
- 16 6月の相談コーナー、不用品交換情報



臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金が支給されます

4月から消費税率が8%に引き上げられました。これに伴い、国から、所得の低い方に対する「臨時福祉給付金」、子育て世帯のうち児童手当を受給している方を対象に「子育て世帯臨時特例給付金」が支給されます。なお、給付はどちらも1回限りで、受給できるのは、どちらか一つです。

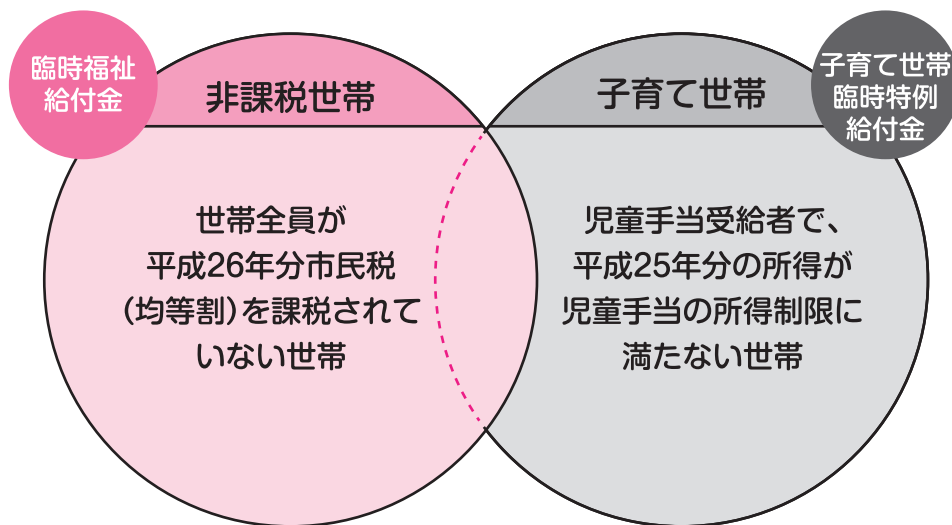
●制度の概要

◆臨時福祉給付金

消費税率の引き上げに伴い、所得の低い方々への負担を緩和するため、臨時的な措置として実施します。

◆子育て世帯臨時特例給付金

消費税率の引き上げに伴い、子育て世帯への影響を緩和するため、臨時的な措置として実施します。



※平成26年1月1日時点で、上田市に住民票があった方が対象です。
※子育て世帯で非課税世帯は、臨時福祉給付金のための支給となります。

●受給要件

臨時福祉給付金

受給対象

平成26年度分の市民税が課税されていない方

※課税されている方に扶養されている場合(扶養者が市外に居住している場合も同様)や生活保護受給者などは除かれます。

〈市民税の課税状況の確認方法〉

ご自身の給与明細書の「住民税(市民税)」欄に金額が記載されている場合や、介護保険料決定通知書に記載されている「保険料の段階」が7段階以上の場合、基本的に住民税(市民税)が課税されています。不明な点は、市役所税務課(TEL23・5115)に問い合わせください。

支給額

1人につき10,000円

ただし、老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金などの受給者^{※1}、児童扶養手当、特別障害者手当などの受給者^{※2}は、1人につき5,000円が加算されます。

※1 平成26年3月分の受給権があり、4月分、または5月分の年金の支払いがある方が対象

※2 平成26年1月分の手当などを受給している方が対象

子育て世帯臨時特例給付金

受給対象

平成26年1月分の児童手当(特例給付)を受給し、平成25年の所得が児童手当の所得制限限度額未満の方

※「臨時福祉給付金」の対象者や生活保護受給者は除きます。

支給額

対象児童1人につき10,000円

問 【臨時福祉給付金】

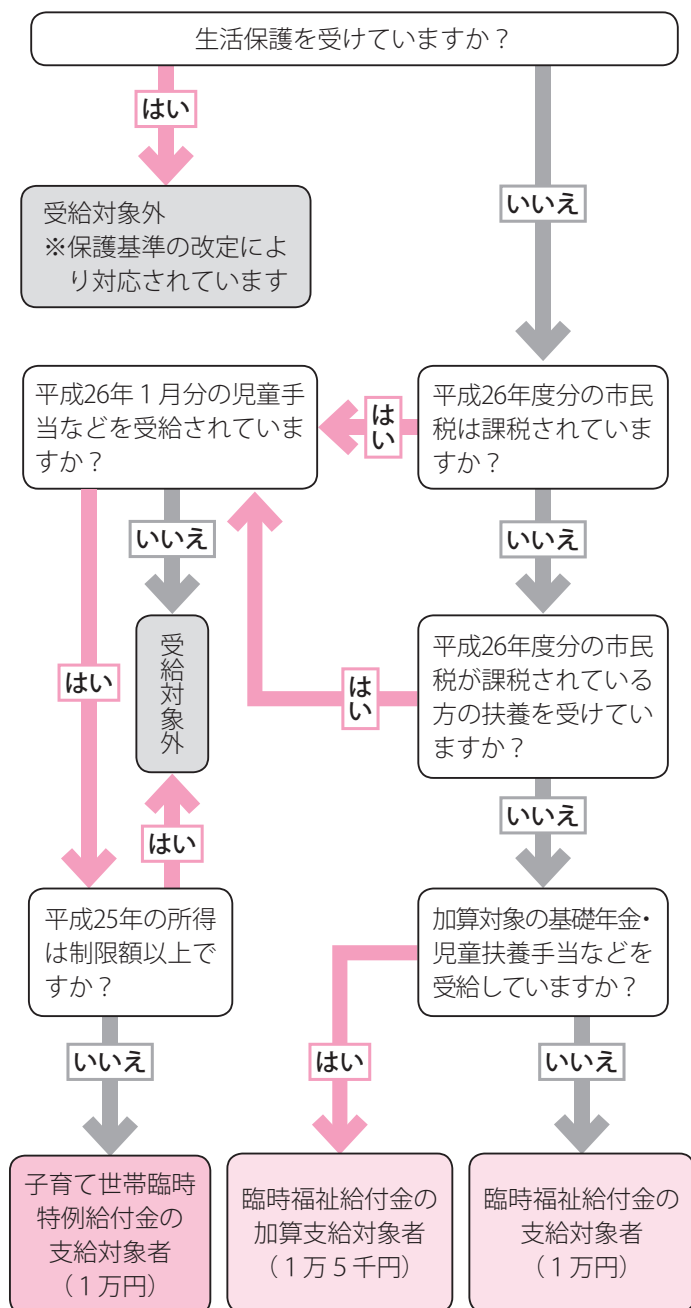
福祉課 TEL75・2671

【子育て世帯臨時特例給付金】

子育て・子育て支援課
TEL23・5106

●給付金支給対象の判定フロー

臨時福祉給付金、子育て世帯臨時特例給付金の受給対象者は、以下のフローにより判定されます。



●申請方法など

臨時福祉給付金

申請期間 申請書が届いてから9月30日(火)まで

申請方法 6月下旬までに該当すると見込まれる世帯に郵送される申請書(クリーム色の用紙)に、必要事項を記入し必要書類を添付の上、返信用封筒に入れ郵送してください。

申請先 市役所福祉課、または丸子・真田・武石地域自治センター

子育て世帯臨時特例給付金

申請期間 申請書が届いてから9月30日(火)まで

申請方法 6月上旬から該当すると見込まれる世帯に郵送される申請書(ピンク色の用紙)に、必要事項を記入し必要書類を添付の上、返信用封筒に入れ郵送してください。

※児童手当(特別給付)の「現況届」も合わせて記入・提出してください。

※公務員の方は、勤務先から必要書類が配布されます。

申請先 市役所子育て・子育て支援課、または丸子・真田・武石地域自治センター

●給付金の受取方法

申請後、内容審査を行い、この給付金の制度に該当する場合は、指定の口座に入金されます。

※金融機関口座を持っていないなど、振込が困難な場合には、窓口で受け取ることができます。

●注意点

- ・ 受け取ることができるのは、どちらか1つの給付金です。
- ・ 申請期間外の申請は受け付けられませんので、期間内に申請してください。
- ・ 平成26年1月1日時点で上田市に住民票がない方の申請は受け付けられません。1月1日時点で住民票があった市町村に問い合わせください。

「まいさぼ上田(生活・就労支援センター)」開所

市では長野県との共同により、生活や就労などでお困りの方を総合的に支援する相談拠点として、上田市社会福祉協議会で相談事業を始めました。詳細は、生活・就労支援センター(TEL71・5552)に問い合わせください。

日時 月～金曜日(祝日を除く)午前9時30分～午後5時

場所 上田市社会福祉協議会(ふれあい福祉センター内)

内容 生活や就労にあたっての課題解決のための相談支援

対象 生活や就労のことでお困りの方ならどなたでも

問 福祉課 TEL23・5372





文化芸術活動の企画・運営を学びませんか？

うえだアーツスタッフアカデミー第1期生を募集！

地域とアーティストを繋ぐアートスタッフのための講座を開講します。この講座では、劇場・美術館の企画や活動を総合的に学び、創造的で魅力あふれ、心豊かな地域づくりを考えます。

活動内容 7月～平成27年3月

内容(予定) ・基礎講座(7～10月[全6回]／平日午後7時～[2時間程度を予定])

コミュニケーション・ワークショップ、来場者対応研修、アートマネジメント講座、子どもと芸術家、事例から学ぶ教育プログラムなどを予定

・専門講座(10月～平成27年3月[回数未定])

必要に応じて企画・制作や舞台技術、レセプションист研修など、専門的な知識やノウハウを学べる講座を予定しています。

対 象 原則として基礎講座を全て受講できる方

(18歳未満の場合は保護者の同意が必要。住所、性別、年齢、経験は問いません)

定 員 先着20名

申し込み 5月26日(月)～6月20日(金)に、交流文化芸術センター窓口で配布する応募用紙(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、郵送(〒386-8601(住所不要)上田市交流文化芸術センター宛)、または直接センター窓口へ。

問 上 交流文化芸術センター TEL23・5219

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)



早期発見・早期防除を

アメリカシロヒトリから樹木を守りましょう

アメリカシロヒトリの発生する時期は年2回あります(6月上旬～7月中旬、8月中旬～9月中旬)。防除は、樹木の所有者や管理者が責任をもって行うようお願いします。

●防除の方法

- ・発生しやすい樹木(サクラ・カキ・クルミなど)を確認し、発生初期に枝葉を切除して枝葉を虫ごと踏み潰すか、ごみ袋に入れて口をしっかりと閉めて処分します。[右図上]
- ・住宅地などでは、できるだけ薬剤散布以外の方法で防除してください。やむを得ず農薬を使用するときは、周辺の住民や田畑の所有者に事前に了解を得てください。
※農薬は必ず登録されたものを利用し、ラベルに記載された使用方法(使用濃度、使用量、使用回数など)、および注意事項を守り、必要最小限に散布してください。
- ・薬剤散布をしたいが難しい方は、シルバー人材センター、または、造園業者・消毒業者に相談ください。



●発見のポイント

ふ化した幼虫は、網状の巣で一定期間(10～12日間)集団生活をします。葉の表面を食べるので、その葉は透けて見えます。[右図下]

問 上 森林整備課 TEL23・5124 産 産業観光課 TEL42・1037

産 産業観光課 TEL72・4330 武 産業観光課 TEL85・2828





中塩田地区

広域避難場所が変更になりました



市では、災害発生時における広域避難場所として市内64か所を指定していますが、中塩田地区のうち2つの避難場所が次のとおり変更になりました。なお、避難場所の対象自治会は目安です。最寄りの場所へ避難するようにしてください。

地区	対象自治会	〈変更前〉	〈変更後〉
中塩田	下本郷、東五加、五加、上本郷、中野、上小島、下小島、保野、学海南、舞田、八木沢、セレーノ八木沢、八舞、学海北	・オルガン針(株)中央工場 ・塩田西 デイサービスセンター	・長野大学 (下之郷658-1、TEL39・0001) ・上田女子短期大学 (下之郷乙620、TEL38・2352)



☎ 危機管理防災課 TEL21・0123



染屋浄水場とバスハイクによる施設見学会

第56回水道週間に合わせて開催します

6月1日から7日は、「第56回水道週間」です。平成26年度のスローガンは「おいしいな だいじなお水 ごくごくり」です。市では、この期間に合わせて、染屋浄水場・水道資料館の見学会と、バスに乗って施設を巡る、バスハイクを開催します。今年は丸子地域を巡ります。

◇染屋浄水場・水道資料館見学会

- 日時** 6月1日(日)午前10時～午後4時
- 内容** 浄水場・水道資料館の案内。給水車による給水実演(湧水水源の水)
上下水道局キャラクター・あかりちゃんも登場します。
- 参加費** 無料(小学生以下は要保護者同伴)
- 申し込み** 不要

◇バスハイク施設見学～丸子地域編～

- 日時** 6月1日(日)午後0時30分～5時
- 集合場所** 市役所正面玄関前(午後0時20分)、
丸子地域自治センター正面玄関前(午後1時)
- 内容** 市役所～丸子自治センター～腰越浄水場～内村ダム～
鹿教湯浄水場～丸子自治センター～市役所
- 定員** 60名(応募多数時は抽選)
- 参加費** 無料(小学生以下は要保護者同伴)
- 申し込み** 5月28日(木)までに、電話で下記へ。
- その他** 当日の問い合わせは、
浄水管理センター(TEL22・0658)へ。

☎ 経営管理課 TEL22・4100(内線1852・1535)



上下水道局
キャラクター
あかりちゃん



内村ダム(ダム本体に入って見学します)

お知らせ

上田図書館・創造館分室 特別整理のため休館

- 休館期間 上田図書館／6月5日(木)～12日(木)、上田創造館分室／6月10日(火)～12日(木)
- その他 他のエコール参加図書館(上田情報ライブラリー、丸子図書館、真田図書館、武石公民館図書室、東御市・坂城町・青木村・長和町の各図書館)は開館します。休館中の本の返却は返却ポスト、または他のエコール参加図書館へ。

問 上田図書館 TEL 22・0880

軽自動車税、自動車税の納付は 6月2日までに

- コンビニ納付も利用いただけます。
- 対象 4月1日現在、車を所有している方(4月2日以降に廃車、譲渡した方にも納税通知書が送付されます)。
- 納税証明書 領収書についている「納税証明書」は、継続検査(車検)時に必要ですので、大切に保管してください。
- 口座振替の方には、振替確認後「納税証明書」を6月上旬に順次郵送します。お急ぎの方は記帳した通帳を、軽自動車税は市役所収納

お知らせ／催し

管理課、または各地域自治センター担当窓口へ、自動車税は上小地方事務所税務課へ持参していただく、その場で証明書を発行します。

- 減免制度 一定の障がいのある方などが所有する車には、減免制度があります。5月26日(月)までに、担当窓口へ問い合わせの上、手続きしてください。

軽自動車税／

税務課

TEL 23・5169

収納管理課

TEL 23・5117

自動車税／

上小地方事務所税務課

TEL 25・7117

ささらの湯芝生広場 お貸しします(ステージ付き)

- 日時 6月1日(日)～10月19日(日)の午後2時～5時
- 内容 音楽の練習や披露(バンド・合唱)、親子レクリエーションの発表など(要相談)
- 申し込み 利用の1週間前までに、電話で左記へ。
- その他 出演者(利用者)の入館料が必要。

問 ささらの湯

TEL 31・1126

(上農政課)

催し

介護予防体操

転倒予防のため、筋力を鍛えましょう(参加費無料。申込不要)。

- 期日／場所 6月5日(木)／高齢者福祉センター、6月16日(月)／真田老人福祉センター、6月17日(火)／長瀬市民センター、6月20日(金)／武石公民館
- 時間 午前11時～正午
- 持ち物 水分補給用飲料
- 問 高齢者介護課
TEL 23・5140

気になる子の 個性を生かす育て方

- 日時 6月15日(日)午後1時30分～4時
- 場所 市民プラザ・ゆう
- 内容 テーマ「親と医療と教育現場ができること」第1部／トークセッション・ヒヤネ亜希子氏(あきこ)(あきメンタルクリニック医院長)・沓掛英明氏(あき)(青木村教育長)、第2部／おしゃべりcafe
- 対象 理解を深めたい方
- 定員 50名程度
- 参加費 無料(申込不要)
- 問 個性の強い子を持つ親の会
TEL 21・6300(有本)
(上)人権男女共同参画課

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)

「いきいき健康フェア in イオン上田」開催

血管年齢測定、骨密度測定、血圧測定、体脂肪測定などを行います。
(参加費無料。申込不要)

●日時 5月24日(土)午前10時～午後3時

●場所 イオン上田2階
信州上田医療センター
TEL 22・1890

問 (上)健康推進課

東山トレッキング イベント

●日時 6月8日(日)午前9時30分集合、午後3時解散(予定)

●集合場所 自然運動公園駐車場

●持ち物 軽登山のできる服装、昼食、雨具、水分補給用飲料

●申し込み 不要

●ナチュラリストクラブうえだ
TEL 25・2629

(上)森林整備課

食べて美味しい目で見て 楽しいキャラ弁を作ろう

託児付料理教室です。

●日時 6月5日(木)午前10時～午後1時(託児希望の方は、9時45分集合)

●場所 神川地区公民館

●対象 子育て中の父親、母親

●定員 先着15名
●参加費 1000円(別途材料費700円)

●持ち物 エプロン、バンダナ、お子さんに必要な物(おむつ・おやつ・水分補給用飲料など)

●申し込み 5月26日(月)午前9時～午後4時に、電話で左記へ。

●場所 神川地区公民館
TEL 25・1682

問

「家庭モラル・ハラスメント を知る」セミナー

家庭内のモラル・ハラスメント(暴言、無視、いやがらせなど精神的な暴力)の知識を深めます。

●日時 6月11日(水)午後1時～3時30分

●場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ

●内容 講義／気賀沢葉子氏(NPO法人男女共同参画こしがやともろう理事)、お話Cafe／参加者(希望者のみ)同士の懇談

●対象 女性のみ

●定員 先着20名(託児あり。先着10名。3か月児～未就学児)

●参加費 無料(託児も無料)

●申し込み 5月26日(月)以降、電話、FAX(27・3123)、またはメール(plaza-u@city.ueda.nagano.jp)で、左記へ。

●場所 市民プラザ・ゆう
TEL 27・2988

異文化理解講演会

モンゴル楽器の演奏・歌を交え、「モンゴルのいま」をお話しします。

●日時 6月8日(日)午後2時～3時30分

●場所 上野が丘公民館

●演題 「草原の風に吹かれて」

●講師 佐々木ハスゲレル氏(内モンゴル出身)

●定員 150名程度

●参加費 無料(申込不要)

●上田市多文化共生推進協会
TEL 25・2631

(上)市民課

講座・教室

今すぐ歩きたくなる ウォーキング講座

●日時 6月3日(火)午後2時～2時50分

●場所 下堀コミュニティセンター

●講師 高野秀樹氏(健康運動指導士)

●対象 どなたでも

●参加費 無料

●持ち物 水分補給用飲料、汗拭きタオル、室内用運動靴

●申し込み 電話で、左記へ。

●クラブUSC事務局
TEL 26・5320
(上)スポーツ推進課

情報ア・ラ・カルト

上田市手話奉仕員養成・
レベルアップ講座

◆奉仕員養成講座(入門・基礎課程)

●内容 日常会話ができる程度の手話と関連する基礎知識を2年間かけて学びます(1年目は入門課程、2年目は基礎課程)。

●対象 2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歳以上の方で、原則として初めて手話を学ぶ方(中学生不可)。

●定員 20名(申込多数時は抽選)

●受講料 4000円(2年分。別途テキスト代3240円)

◆レベルアップ講座

●内容 手話単語・手話表現のレベルアップを図ります。

●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も可)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(中学生不可)の方

●定員 15名(申込多数時は抽選)

●受講料 5000円(テキスト代含む)

◆共通事項

●日時 7月12日(土)～平成27年2月14日(土)の隔週土曜日(全14回)、午前10時～正午、または午前10時～午後3時※基礎課程の日程は、入門課程終了時にお知らせします。

講座・教室

●場所 ふれあい福祉センター
●申し込み 6月6日(金)までに、電話で左記へ。

問 福祉課 TEL 23・5158

ファイナンシャルプランニング
資格取得支援講座

●日時 6月19日～9月4日の木曜日、午後1時30分～3時30分(7月24日、8月14日休み。全10回)

●場所 市民プラザ・ゆう

●内容 3級ファイナンシャル・プランニング技能士の国家資格取得を目標に、「自分でできる生活設計」のノウハウを学びます。

●対象 市内在住・在勤の方

●定員 先着20名

●受講料 3000円(別途テキスト代2000円程度。3級受検の際は、受検手数料が必要)

●託児 先着5名(2歳～就学前まで。要予約)

●申し込み 6月5日(木)午前10時以降、受講料・テキスト代を添えて市民プラザ・ゆう窓口へ。

問 人権男女共同参画課
TEL 23・5245

博物館講座・古文書講座

◆古文書講座(全10回)

●日時 6月28日、7月12日、8月2日、9月6日、10月11日、11月

22日、12月13日、平成27年1月10日、2月7日、3月7日の土曜日、午後1時30分～3時30分

●内容 真田氏関係の文書や、上田藩庁・村方・町方文書の講読と解説から、上田の歴史を学びます。

●講師 寺島隆史氏(元市立博物館長)

●受講料 2000円(資料代含む)

◆博物館講座(全6回)

上田藩のお裁きー領民と法度ー

●日時 6月14日、7月19日、8月23日、9月13日、10月18日、11月29日の土曜日、午後1時30分～3時

●内容 江戸時代の上田藩内のお裁きを、古文書を通して学びます。

●講師 尾崎行也氏(上田社会教育大学講師)

●受講料 800円(資料代含む)

◆共通事項

●場所 市民会館大会議室など

●定員 先着50名

●申し込み 5月23日(金)以降、受講料を添えて左記へ。

問 市立博物館 TEL 22・1274

ぐくらく元気度アップ!
ママシェイプ編

●日時 6月11日・25日、7月9日・23日の水曜日、午前10時15分～11時45分(受付10時、全4回)

●場所 別所温泉あいそめの湯
●内容 かんたん健康体力チェック

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)

と親子で楽しく体力づくりの実践

●対象 未就園児と母親

●定員 20組(応募多数時は抽選)

●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 6月3日(火)までに、電話で左記へ。

●健康推進課 TEL 28・7123

アラサー!アラフォー!簡単フィットネス

●日時 6月9日・23日、7月7日の月曜日、午前10時～11時30分

●場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ

●対象 30～40代の女性市民(子どもとの参加は可能ですが、託児はありません)

●定員 25名(応募多数時は抽選)

●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 5月30日(金)までに、電話で左記へ。

●健康推進課 TEL 28・7123

肥満解消講座「ウェイトコントロール教室」

●内容/日時 ①講座前の体力測定(必須)／6月18日(水)午後7時～8時30分、②講座後の体力測定(必須)／9月24日(水)午後7時～8時

講座・教室

30分、③運動実践／6月24日～9月30日の毎週火曜日(全13回)、または6月25日～10月1日の毎週水曜日(全13回)の午後7時30分～8時30分(8月12日(火)、13日(水)は除く)、④栄養講話・相談(詳細は後日通知)

●場所 ①②ひとまちげんき・健康プラザうえだ、③④スポーツクラブアクトス上田

●対象 30～64歳の①②に必ず参加できる市民のうち、BMI25以上、または男性は腹囲85cm以上、女性は90cm以上の方。※BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

●定員 各10名(応募多数時は抽選)

●参加費 1500円

●申し込み 6月3日(火)までに、電話で左記へ。

●健康推進課 TEL 28・7123

「上田市スポーツ教室」(初心者向け)

◇ナイトテニス(後期)

●日時 7月5日以降の土曜日(全8回)午後7時～9時

●場所 古戦場公園テニスコート

●定員 先着60名

●参加費 6000円

◇かんたん体操ヨガ・ウォーキング(後期)

●日時 7月1日以降の火曜日(全10回)午後2時30分～4時

●場所 上田城跡公園第二体育館

●定員 先着20名

●参加費 3000円

◇共通事項

●対象 市内在住・在勤の成人男女(学生除く)

●申し込み 5月26日(月)～6月18日(水)に、所定の申込用紙で左記、または上田城跡公園体育館、自然運動公園体育館、丸子総合体育館、真田・武石地域教育事務所へ。

●健康推進課 TEL 23・6372

第3回上小脳卒中市民公開講座

●日時 5月31日(土)午後1時30分～3時(開場1時)

●場所 上田文化会館

●内容 「おいしく食べて脳卒中予防!」／荻原克恵氏(信州上田医療センター栄養管理室長)、「脳卒中患者が安全に楽しく食事ができるための工夫」作業療法からの視点」／追分千春氏(小林脳神経外科・神経内科病院リハビリテーション科作業療法士)、「脳卒中と口腔ケア」予防からリハビリまで」／西沢理史氏(信州上田医療センター歯科口腔外科医長)

●参加費 無料(申込不要)

●健康推進課 TEL 22・1890

情報ア・ラ・カルト

さなだスポーツクラブの
各種教室

◇空手エクササイズ

●日時 6月7日(土)～8月の毎月第1・3土曜日、午後7時30分～8時30分(全6回)

●場所 真田中学校柔道場

●講師 池上徹氏(きょうりゅう 気動流空手道助教士6段)

●対象 どなたでも

●定員 先着20名

●参加費 3000円

◇ジュニアチャレンジテニス教室

●日時 通年で、毎週月・木曜日、午後6時～7時30分、第1・2・3日曜日、午前10時～正午

●場所 真田運動公園テニスコート

●対象 小・中学生で基本的なラリーができる方

●定員 先着15名

●参加費 毎月2500円

◇共通事項

●申し込み 5月21日(水)以降、電話、または直接左記へ。

●NPO法人さなだスポーツクラブ事務局 TEL 72・2657

(国)教育事務所

AMUワールド・
キッチン《韓国編》

●家庭料理を楽しみながら、簡単な韓国語も覚えましょう。

●日時 6月11日(水)午前10時～午後

講座・教室／募集

2時

●場所 上野が丘公民館

●講師 林英姫氏(韓国出身)

●定員 先着20名

●参加費 500円

●持ち物 エプロン、バンダナ

●申し込み方法 5月26日(月)～6月4日(水)に、電話で左記へ。

●上田市多文化共生推進協会

TEL 25・2631

(上)市民課

求職中の若者のための
パソコン講座

●日時 6月16日(月)・17日(火)・19日(木)・23日(月)・24日(火)・26日(木)・27日(金)・30日(月)、7月1日(火)・3日(木)の午前10時～正午(全10回)

●場所 若者サポートステーション・シナノ

●内容 ワード・エクセル・パワーポイントの基本操作(Office2010)

●対象 15～39歳の求職中の方

●定員 先着10名

●受講料 無料

●申し込み 5月23日(金)以降、電話で左記へ。

●若者サポートステーション・シナノ TEL 75・2383

(上)雇用促進室

募 集

市営住宅

6月期入居者募集

●募集団地 5月30日(金)以降、市ホームページなどで公表

●申し込み 6月4日(水)～11日(水)に、住宅課、または丸子・真田・武石地域自治センターへ(8日(日)正午～午後4時は、住宅課で休日受付)

●入居者決定方法 6月19日(木)に市役所南庁舎5階会議室で公開抽選を行います(申込者が募集戸数に満たなかった団地は、先着順に受け付けることがあります)。

●その他 ひとり親世帯、高齢者世帯、障がい者世帯などの一定の要件を満たす世帯は、優先枠に申し込むことができますが、入居を保証するものではありません。

●住宅課 TEL 23・5176

林業就労者住宅
入居者募集

●林業就労者の確保を図り、地域林業の活性化に役立っています。

●募集数 3棟

●所在地 真田町傍陽5942番地

●間取り 2LDK風呂トイレ別(70・39㎡)

●家賃 3万円/月

●入居資格 森林林業業務に従事

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)

審議会等附属機関の委員を募集します

し、市内に居住する方。原則として入居後3年以内に自己の住宅を確保できる方

問 上 森林整備課 TEL 23・5124

◇ 上田市障害者施策審議会

● 審議内容 市の障害者施策に関する事項を市長の諮問に応じて調査審議します。

問 上 福祉課 TEL 23・5158

丸 健康福祉課 TEL 42・1118

官 健康福祉課 TEL 72・2203

武 健康福祉課 TEL 85・2067

◇ 上田市建築審査会

● 審議内容 建築基準法に規定する同意および審査請求に対する決議と建築基準法の施行に関する重要事項の調査審議

問 上 建築指導課 TEL 23・5430

◇ 共通事項

● 応募資格 市内在住の20歳以上の方(公募により他の審議会へ参画されている方は応募できません)

● 募集人員 若干名

● 任期 委嘱の日から2年間

● 報酬 市の条例に基づき支給

● 申し込み 6月6日(金)までに、所定の申込書(各担当課窓口、または市ホームページからダウンロード)に必要事項を記入し郵送、または直接担当課へ。後日、面接により選考します。

上田城跡公園・自然運動公園プール監視員を募集

● 職種／人数 監視員／若干名

● 対象 健康で水泳経験のある18歳以上の方(高校生不可)

● 勤務期間 7月1日(火)～8月31日(日)の午前8時30分～午後5時15分(自然運動公園は4時30分まで)

● 賃金 時給840円

● 申し込み 5月19日(月)～6月13日(金)に、写真付履歴書を、左記勤務希望先へ(その場で面接あり)。

問 上田城跡公園体育館管理事務所 TEL 22・8699

自然運動公園管理事務所 TEL 38・7195

依田窪プール監視員・看護師募集

● 職種／人数 監視員／10名程度、看護師(准看護師も可)／若干名

● 対象 監視員／18歳以上の健康な方(高校生不可)、看護師／資格のある方

● 勤務期間 6月28日(土)～8月31日(日)の午前8時30分～午後4時30分

● 賃金 監視員／時給840円、看護師／時給1430円、准看護師／時給1360円

● 申し込み 6月2日(月)までに、写真付履歴書、看護師免許証の写し(看護師のみ)を添付の上、下記へ(その場で面接あり)。

就業体験に参加してみませんか

高校生・大学生などの皆さんを対象に、夏休みを利用した就業体験(インターンシップ)の参加者を募集しています。職業感が身につき、社会人としての進路をイメージできます。申し込み、詳細は左記へ。

問 上田職業安定協会(上田商工会議所内) TEL 22・4500

(上 雇用促進室)

問 丸子総合体育館 TEL 43・2250

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(3月分)。

◇(株)デンセン様 現金2,000万円／文化振興のため

◇上田ライオンズクラブ様
学校図書10万円分／浦里小学校へ

◇上田城南スポーツ吹矢倶楽部様
車いす1台／市役所本庁舎へ

- 受講料** 4,000円(別途テキスト代2,484円)
申し込み 5月26日(月)～6月15日(日)に、電話で。

インターネット講座(ショッピング編)

インターネットを使って、ショッピングをしたい方のための講座です。ショッピングサイトでの商品の検索や購入の方法、購入にあたっての注意点などを学びます。

- 日時** 6月21日(土)13:30～16:00
対象 キーボード・マウス操作のできる方
定員 先着20名(最少催行人数5名)
受講料 1,500円
申し込み 5月31日(土)～6月20日(金)に、電話で。

Word初心者ゆっくり講座3日間コース【Word2013使用】

「Word初心者講座2日間コース」のセミナー内容を3日間で行います。

- 日時** 6月24日、7月1日・8日の火曜日
13:30～16:00
対象 文字入力できる方
定員 先着20名(最少催行人数5名)
受講料 3,500円(別途テキスト代1,296円)
申し込み 6月3日(火)～23日(月)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・ハウスイベント「宝の山市」

バザーを通して、物の大切さ・今ある物の活用を考えましょう。

- 日時** 5月24日(土)10:00～12:00
内容 手作り品や、着物・布地・不用品のバザー。素敵なプレゼントもあります。

エコ・ハウスで古着を回収します

エコ・サポート21では、家庭で使わなくなった古着を回収します。

- 日時** 6月6日(金)10:00～12:00
出し方 中身が見えるビニール袋に入れて出してください。

エコ・ハウスの「わくわく講座」

不要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。

◇着物地からトートバッグ作り(2回コース)

- 日時** 6月12日・19日(木)10:00～15:00
定員 先着8名

- 参加費** 1回200円(別途材料費)
持ち物 着物(ほどこい)、裁縫道具、裏用布、昼食

◇布ぞうりづくり(2回コース)

- 日時** 6月17日・24日(火)10:00～15:00
定員 先着10名
参加費 1回130円
持ち物 ゆかたなど木綿の布(5～6cm幅に裂いたもの)、ものさし(30cm)、はさみ、昼食

◇共通事項

- 申し込み** 6月2日(月)以降、電話で(受付は電話のみ)。

池波正太郎真田太平記館

TEL28・7100

喫茶・文化講座「インドの伝統医学」健康講座

インドの伝統医学アーユルヴェーダで心と体の健康をセルフチェックしてみませんか。自分自身の体質を知ること、は、病気や老化防止につながります。また、アクセサリ作りによるカラー療法も体験できる講座です。

- 日時** 6月17日(火)13:00～15:00
内容 ①自分の体質チェックシート作成、②チェックシートによる健康アドバイス、③手作りアクセサリ(ストラップ)でカラー療法
講師 浅田佳津美氏(サヴァホルスティックアカデミー講師、健康管理指導員)、青木かおる氏(アクセサリデザイナー)
定員 30名程度
受講料 3,500円(チェックシート、テキスト、材料費、お茶代含む)
持ち物 筆記用具
申し込み 6月9日(月)までに、電話で。



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 6月1日(日)11:30～12:00(開場11:15)

内容 絵本／「かばくん」、「たまごにいちちゃん」、「がたんごとん」、紙芝居／「おまめくん ぱちぱち〜」、ペープサート(紙人形劇) ほか

対象 幼児から小学校低学年

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

仕事の基本である「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。企業の社員教育としてもご活用ください。

日時 6月6日(金)18:30～20:00

内容 社員に考えるエンジンを付ける方法
「個人と組織の能力を引き出そう」
～短時間対話法の活用～

対象 起業を目指す方、転職・就活したい方、自己啓発したい方、社員を教育したい方

定員 先着12名

参加費 500円(資料代)

申し込み 5月23日(金)以降、電話で。

生活に活かす・デザインセンスアップ講座(全7回)

家のインテリアや料理の盛りつけ、ファッションや日常雑貨を買うときなどに役立つ、デザインの基礎能力を身につけましょう。

日時 6月12日～7月24日の毎週木曜日
19:00～20:30

講師 牧谷孝則氏(元多摩美術大学デザイン科講師)

定員 先着12名

受講料 5,000円、学生4,000円(教材費含む)

申し込み 5月23日(金)～6月9日(月)に、電話で。

地域史料から学ぶ上田地方の近世・近代史(全7回)

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。今年のテーマは「史料で歩く信州」です。

日時 6月14日(土)13:30～15:30

場所 上田駅前ビル・パレオ 2階会議室

内容 街道交通の移り変わりを史料に見る。
ー武田軍の通った室賀峠や上田城下への
「海野町の移転」を中心にー

講師 寺島隆史氏(元市立博物館長)

定員 先着30名

受講料 3,500円(1回のみは500円)

申し込み 5月23日(金)以降、電話で。

図書館員とそのたまごたちによるおはなし会

図書館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 6月15日(日)11:00～11:30

内容 当日のお楽しみ

対象 幼児とその保護者

参加費 無料 **申し込み** 不要

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 6月18日(水)13:30～15:00

演題 城下町上田をゆく 原町の巻・巻の二

講師 尾崎行也氏(上田社会教育大学講師)

定員 先着36名

受講料 無料

申し込み 5月26日(月)以降、電話で。

第10回岩崎信子朗読の夕べ

初夏の夕べに、林芙美子著「花のいのちはみじかくて苦しきことのみ多かりき」の朗読をピアノ演奏とともにお聞きください。

日時 6月21日(土)18:45～(受付18:15～)

出演 岩崎信子氏(朗読／游話舎代表、元信越放送アナウンサー)、丸山弥生氏(ピアノ演奏)

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 5月23日(金)以降、電話で。

マルチメディア情報センター

TEL39・1000

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

ステップアップIllustrator講座【CS6使用】

チラシや本格的なイラストレーションを作るツールやテキストの扱い方、Web画像などの作成方法を学びます。

日時 6月16日・23日・30日、7月7日の月曜日
13:30～16:00

対象 Illustratorの基本がわかる方

講師 児玉藤枝氏(デザイナー)

定員 先着20名(最少催行人数5名)

短歌

小宮山 久子 選

入選

十余の職中途半端に変へて来て仕事に追はるる夢今も見
孫のために父の買ひたる雛人形二十余年を経て気高し
刻まれし夫の戒名曇りゆく「百まで生く」の嘘つき悲し

佳作

ランドセル背に小さくなじみたり小学校を卒業の孫は
アカギレの指に痛むは妻逝きて一年過ぎし凍みつづく師走
力湧く母の形見のセーターを着て入院の夫を見舞えり
豪雪後の無人の生家訪ぬれば掃き寄せられし雪壁が阻む

選者詠

いづこからともなくふりてくる桜 春の遍路の坂のぼりゆく
〔評一首目 仕事熱心な現役時代だったのでしょう。が、悔いも残してきた
事が上句から解り、深い内容の歌になっています。〕

俳句

島田 洋子 選

入選

石段に残る寒さを駆け上る 中村 児玉 愛子
雪解けて村は素顔に戻りけり 下丸子 三井志げ子
春耕の我に手を振る選挙カー 横尾 北沢 米和

佳作

大雪の消えたる土に果てし蝶 染屋 綱嶋ツナエ
肌を刺す寒さオリオン磨き出す 御所 長坂 千代
願ひたる絵馬の嘶き合格す 北常田 松沢 昭一
八十歳の我は子供や雛飾る 大久保 堀内 道子
おぼろなる下弦の月の夜明けかな 大屋 矢島 茂雄
小女子のレシビを添えて売られをり 保野 清水ゆき子
背の羽をそよがせてをり小白鳥 大屋 竹内 栄
捨て場なき大雪に村孤立せり 須川 手塚喜代子
のどけしや日課となりし猫の伸び 北常田 斉藤 千里

選者吟

息吐いて力抜きけり芽吹き山
〔評一句目 早春の日差しにまだ冷たい石段。寒さを駆け上ったという表現
に、春を迎えた気持ちの昂揚と、前向きに生きる姿勢が感じられる。〕

川柳

齊藤 俊酔 選

入選

薄味の家風を嫁が呼びよせる 山口 山崎 和子
幸せを量るカップに無い目盛り 中村 児玉 愛子
雪払い墓石と語る春彼岸 塩川 下村 正枝

佳作

豪快な笑い健康ほとばしる 長島 半田 彰一
何であれ素直に祝う喜寿の春 福田 宮下いくみ
指切りをすれば良かった待ちぼうけ 大田 滝沢 章夫
下手ですと言って三曲聴かされる 大屋 竹内 栄
ありがとう五文字に心満ちてくる 城北 田中 弘子
物忘れこれしきざらと前を向く 御所 長坂 千代
老人会村が解け合うバス旅行 下丸子 三井志げ子
雪かきで夫婦の絆とりもどし 原町 塩入 肇
自家野菜作って食べてこの元氣 上本郷 関根かき子

選者吟

晩酌は妻の会釈が量を決め
〔評一句目 濃い味、薄い味、家庭に依りそれぞれです。嫁いだ息子の嫁が、
いち早く察し家風の薄味を受け継いでくれた、嫁、姑の絆が温かく表現され
ています。〕

7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 5月30日(金)必着
- ☎ 教育総務課 TEL23・5100

イベント・ナビ 6月

期日	行事	問い合わせ先
1日	ルネッサンスウィーク(～8日)	信州国際音楽村 TEL42・3436
	菅平高原カントリーフェスティバル	菅平高原観光協会 TEL74・2003
13日	コミュニティコンサート(真田中央公民館)	交流文化芸術センター TEL23・5219
15日	美ヶ原牧場放牧祭り	美ヶ原高原観光協議会 TEL86・2331
22日	第9回上田市消防団ポンプ操法大会・ラッパ吹奏大会	消防総務課 TEL22・0119
29日	信州国際音楽村ラベンダー祭り(～7/21)	信州国際音楽村 TEL42・3436

6月の乳幼児健診・教室

携帯版保健でよみ



会場

上田 ひとまちげんき・健康プラザうへだ
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、保健で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	26年 1 月16～31日生	5 日(木)	上田	12:30 ～ 13:45
		26年 2 月 1～15日生	20日(金)		
		川辺・泉田・塩田・川西 の26年 1 月生	6 日(金)	川西	
	1 歳 6 か月児	24年11月16～30日生	11日(水)	上田	
		24年12月 1～15日生	26日(木)		
	診	2 歳児 歯科	24年 3 月 1～15日生	3 日(火)	上田
24年 3 月16～31日生			27日(金)		
塩田・川西の 24年 3・4 月生			19日(木)	塩田	
3 歳児		23年 5 月 1～15日生	13日(金)	上田	12:30 ～ 13:45
		23年 5 月16～31日生	24日(火)		
		塩田・川西の 23年 4 月・5 月生	10日(火)	塩田	
教 室	7 か月児	25年10月16～31日生	12日(木)	上田	9:30 ～ 9:45
		25年11月 1～15日生	18日(水)		
		川辺・泉田・塩田・川西 の25年11月生	23日(月)	川西	
	おたんじょう	25年 6 月 1～10日生	4 日(水)	上田	
		25年 6 月11～20日生	11日(水)		
		25年 6 月21～30日生	26日(木)		

市内委託医療機関(個別)

健診	10か月児	25年7月16日 ～8月15日生	6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	26年1月生	13日(金)	12:30 ～ 13:15
	10か月児	25年8月生	27日(金)	
	1歳 6か月児	24年11月生	10日(火)	
	2歳児 歯科	24年5・6月生	17日(火)	
	3歳児	23年4月16日 ～5月31日生	20日(金)	
	7か月児	25年11・12月生	24日(火)	9:45 ～ 10:00

◆真田地域にお住まいの方 真田保健センター TEL72・9007

項目	対象者	実施日	会場	受付
健診	4か月児	26年1・2月生	19日(木)	13:00 ～ 13:15
	1歳 6か月児	24年11～12月生	27日(金)	
	3歳児	23年4～6月生	20日(金)	
	7か月児	25年11月生	10日(火)	

◆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	26年1月生	13日(金)	12:30 ～ 13:15

◎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

行政チャンネルをご覧ください

●上田ケーブルビジョンCATV009 ●丸子テレビ放送CA103 図 広報情報課 TEL71・8080



YouTube

市政の重要課題や、市民生活に密着した情報などを分かりやすくお伝えするための番組を放送しています。番組はインターネットからもご覧いただけます。これまでに放送した番組も掲載していますので、ぜひご覧ください。

<http://www.youtube.com/user/cityuedakoho>

YouTubeにアクセスし「上田行政チャンネル」で検索。

6月の相談コーナー

相 談 名	実 施 日	時 間	場 所	申し込み	担 当 課
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	生活環境課 TEL22・4140
法律相談	13日(金)・27日(金)	13:00～16:00	上田市役所(南庁舎)	事前に電話で	
行政相談(くらしの困りごと相談)	10日(火)	10:00～15:00		不 要	
土地境界問題/登記法律相談/不動産鑑定相談	12日(木)	13:00～16:00			
行政相談/登記・法律相談	18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	長野地方事務局 上田支局	不 要	TEL23・2001
	1 日(日)	10:00～16:00	上田駅前ビル・パレオ 2 階会議室		人権男女共同参画課 TEL23・5393
	8 日(日)・18日(水)	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
	14日(土)		真田総合福祉センター		市民生活課 TEL72・0154
	9 日(月)		武石地域自治センター		市民生活課 TEL85・2827
人権擁護委員による 子どもの心配ごと相談	28日(土)	10:00～15:00	市民プラザ・ゆう 丸子解放センター	不 要	人権男女共同参画課 TEL23・5393 TEL42・6694
女性弁護士による法律相談	26日(木)	10:00～12:00	市民プラザ・ゆう	事前に電話で	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			
	14日(土)・28日(土)	10:00～17:00			
もの忘れ・認知症相談	3 日(火)	13:30～17:00	上田市役所(南庁舎)	前日までに 電話で	高齢者介護課 TEL23・5140
	10日(火)		丸子ふれあいステーション		健康福祉課 TEL42・0092
	17日(火)		武石地域自治センター		健康福祉課 TEL85・2119
ひきこもり相談	23日(月)	13:30～15:30	ひとまちげんき・ 健康プラザうえだ	前日までに 電話で	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	18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 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		上田情報ライブラリー	事前に電話で	TEL29・0210
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～金曜日	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

不用品交換情報

(取引は無料です)

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

(4月18日現在の登録状況)

●ゆずります 亀の子(ねんねこ)/三輪車/ワープロ/パソコン(デスクトップ)/掃除機/ガスストーブ(プロパン)/ベッド(木製)/ガラスケース/タンス(2段重ね)/押入れタンス/洋服タンス/電話機/竹(竹炭用)/五月人形段飾り/ポータブルトイレ/血圧計/ペットケージ/男子学生服/人形ケース

●ゆずってください チャイルドシート/おむつカバー(50～90cm)/ベビーカー/ベビーベッド/電子レンジ/テレビ/大人用自転車/子ども用自転車(24インチ)/折りたたみパイプベッド/二段ベッド/折りたたみアルミテーブル(80～90cm)/スキー用ゴーグル/卓球台/レコード/番号表示付電話機/毛布/中学女子制服(三中)/みそ豆つぶし機/薪/工業用ミシン/男児洋服(90cm)/木製はしご

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。