



目次

- 1 わがまち魅力アップ応援事業を募集します
- 2 2014上田城千本桜まつり(募集)
- 3 「市民による事業評価」評価結果の提言
- 4 情報ア・ラ・カルト
- 12 文芸
- 13 2月の乳幼児健診・教室
- 14 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

平成26年度わがまち魅力アップ応援事業を募集します

わがまち魅力アップ応援事業は、まちづくりの主役である市民の皆さんが創意工夫により地域の魅力を高め、市民の交流を促進する自主的・主体的な取組を市が応援する事業です。

平成25年度は、140件の応募をいただき114件が採択となりました。

皆さんが企画された魅力あふれる地域づくりに向け、積極的な応募をお待ちしています。皆さんの活動を応援しますので、気軽に相談ください。



平成26年度わがまち魅力アップ応援事業の概要

項目	内容
対象者	自治会、自治会連合会、5人以上の市民活動団体
対象となる事業	自治会や各種市民活動団体などが地域課題の解決や地域の活性化に向けて、自主的・主体的に取り組む事業
補助限度額	200万円(補助期間内の総額)
補助期間	5年以内
対象経費	詳細は募集要項をご覧ください
補助率	補助対象経費の10/10以内

応募期間

1月27日(月)～2月21日(金)

応募方法

所定の申込書(下記応募先に配置。市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入の上、主たる事業を実施する地域の地域自治センター、公民館(市内全域を対象とする事業の場合は市民参加・協働推進課)へ提出してください(郵送不可)。補助事業の流れや対象となる事業など詳細は、平成26年度の募集要項(下記応募先に配置。市ホームページからダウンロード可)をご覧ください。

選考

事業実施地域の地域協議会による審査会を行います。申請団体の皆さんに事業内容の説明(プレゼンテーション)を行っていただきます。

その他

過去の取組事例は、市ホームページに掲載しています。

問い合わせ・応募先

主たる事業実施地区(地域)	選考機関	応募先(地域協議会事務局)	電話番号
市内全域	地域協議会正副会長会	市役所本庁舎 市民参加・協働推進課	TEL22・4100 (内線1354)
東部、南部、中央、北部、神川	上田中央地域協議会	中央公民館	TEL22・0760
西部、塩尻	上田西部地域協議会	西部公民館	TEL27・7544
城下、川辺・泉田	上田城南地域協議会	城南公民館	TEL27・7618
神科、豊殿	神科・豊殿地域協議会	豊殿地域自治センター	TEL35・2939
東塩田、中塩田、西塩田、別所温泉	塩田地域協議会	塩田地域自治センター	TEL38・3000
川西	川西地域協議会	川西地域自治センター	TEL75・5840
内村、丸子中央、依田、長瀬、塩川	丸子地域協議会	丸子地域自治センター地域振興課	TEL42・1011
長、傍陽、本原	真田地域協議会	真田地域自治センター地域振興課	TEL72・2202
武石	武石地域協議会	武石地域自治センター地域振興課	TEL85・2824

※今回の募集は、平成26年度当初予算の成立を前提として、速やかに補助事業を開始できるようにするため、事前に手続を行うものです。状況により補助事業の内容などに変更がある場合がありますので、あらかじめご了承ください。

◇観光物産展の出展者を募集

上田地域の名産品・特産品を観光客に紹介・販売する、観光物産展への出展者を募集します。①②のどちらかの会場を選んで応募ください。

- 出展期間** 4月4日(金)～20日(日)午前10時～午後4時
- 出展場所** ①上田市民会館駐車場、②上田城跡公園芝生広場(公園管理事務所前)
- 出展条件** 上田産品、または上田産品を活用した商品、上田の名産品や特産品と成り得る商品の紹介・(調理)販売に限ります。開催趣旨に合致しない場合は出展できません。
- 応募資格** ・市内に店舗、または事業所を有し、イベントの開催趣旨に賛同する方
・期間中、毎日出展可能な方
- ブース数** ①30ブース(予定)、②10ブース(予定)
- 出展形態** テント販売(車両による販売を希望する方は要相談)
※車両の場合、20㎡以下で会場は②のみ
- 使用料** 1ブース1,700円/日(車両による販売を希望する方は要相談。別途設備使用料が必要)
- 応募方法** まず、商工課に問い合わせください。その後、所定の応募用紙(商工課にあり)に必要事項を記入の上、郵送(〒386-8601住所不要 商工課宛)、または直接市役所本庁舎2階商工課窓口へ。
- 応募締切** 1月31日(金)必着
- その他** 応募多数時は抽選となります。出展に際し、行政官庁の許可などが必要な場合は、出展者自ら所定の手続きを行ってください。

問 市 商工課 TEL23・5395

◇ステージイベント「遊芸の宴」 参加団体を募集

ステージイベント「遊芸の宴」の参加団体を募集します。

- 日時** 4月12日(出)午前10時～午後4時30分(雨天時は中止の場合あり)
 - 場所** 上田城跡公園内特設野外ステージ(上田市民会館駐車場内を予定)
 - 出演条件** ①5名以上の団体、②公演時間は15分以内、
③出演経費や交通費などは自己負担
 - 定員** 15団体程度。原則として市内で活動する団体を優先しますが、応募多数時は抽選とし、その場合は昨年抽選に漏れた団体を優先します。
 - 応募方法** まず、文化振興課に問い合わせください。その後、所定の応募用紙(文化振興課にあり)に必要事項を記入の上、郵送(〒386-0025 天神2-4-55 文化振興課宛)、FAX(23・6368)、または直接教育委員会第2庁舎2階文化振興課窓口へ。
 - 応募締切** 2月10日(月)必着
- 問 市 文化振興課 TEL23・6361

信州上田観光大使・土屋貴子さん主演映画「潜伏」一日限定上映会



数々の社会的事件を引き起こした新興宗教団体の信者として事件に関与し、17年間にわたり逃亡生活を続けた女性の実話に着想を得て制作された映画「潜伏」の一日限定上映会を開催します。

この映画は、信州上田観光大使の女優・土屋貴子さん(上田市出身)が主演で、それぞれの上映終了後、土屋さんの舞台あいさつもあります。

- 日時** 1月26日(日)①午前11時～(開場10時30分)、②午後3時(開場2時30分)
- 場所** 上田映劇 **入場料** 1,300円
- チケット** 琴光堂楽器店(TEL22・0470)、丸子文化会館(TEL42・0001)、喫茶リバーサイド(TEL43・1222)で販売

問 市 観光課 TEL23・5408

「市民による事業評価」の評価結果が提言されました

市では、市民の皆さんに、「この行政サービスがあつて良かった」「上田で暮らして良かった」と思っただけけるよう、行政サービスの良い点・見直す点などの評価を行い、これからのサービスの目指す姿を市民の皆さんとともに考える場として、「市民による事業評価」を行ってきました。

昨年2月から、35人の委員がテーマごとに分かれて議論を重ね、12月18日に、評価結果の提言がありましたので、概要をお知らせします。

今後は提言を踏まえ、それぞれの事業の方向性を検討していきます。なお、提言の詳しい内容は、市ホームページでもご覧いただけます。



◇テーマ①「高齢者施策」 審議の視点：生涯を住み慣れた地域で暮らすためにはどうしたらいいのか

評価した事業	事業の概要	評価の結果とそのポイント	
1 家庭介護者慰労金支給事業	要介護者と同居している介護者に10万円を支給	改善	支給対象者は拡大・支給額は見直し
2 敬老祝金支給事業	88歳に1万円、99歳以上に3万円を支給	縮小	敬老の意を表しながらも、長寿化の現代、見直しが必要
3 高齢者(老人)福祉センター	60歳以上の方の健康増進などを目的に市内4か所に設置	改善	施設の老朽化対策および役割の明確化
4 生きがい対応型デイサービス	高齢者の閉じこもり防止・介護予防のため、レクリエーション・機能訓練などを実施	改善	閉じこもり防止などの目的を達成するための見直し
5 在宅介護者リフレッシュ事業	在宅介護者の慰労のため、1泊2日、日帰りの旅行を実施	廃止	参加者が少なく固定されている
6 徘徊高齢者家族支援事業	徘徊のある認知症高齢者のGPS機能付端末所持の費用を補助	改善	事業の普及啓発
7 高齢者介護保険利用料助成給付事業	低所得者の在宅介護サービス利用料を助成	縮小	資産要件も加えた適正な助成制度への改正

◇テーマ②「青少年の育成」 審議の視点：地域の大人が子どもにどのように関わっていくのか

評価した事業	事業の概要	評価の結果とそのポイント	
1 青少年育成推進指導員制度	青少年育成を地域で考える機会を作るコーディネーター制度	改善	青少年育成推進指導員の役割の充実
2 少年補導員	各地域で青少年の非行防止や健全育成のため巡回活動を実施	改善	指導から支援に向けた役割の見直し
3 子ども会育成連絡協議会	子ども会の育成のための連合組織。179の子ども会が加入	拡充	自治会活動としての位置付けと研修の充実
4 野外活動リーダー養成講座	主に自然体験活動を指導できる人材を育成	改善	実践に役立つ研修の強化
5 地域住民による学校支援事業	地域団体が小中学校で、学習支援や環境整備などのボランティア活動を実施	拡充	地域が学校とともに子どもを育てる支援体制の構築
6 上田市スポーツ少年団活動補助金給付事業	スポーツ少年団の活動費の補助	改善	・指導者の養成と予算の増額 ・さまざまなスポーツを体験できる取組への働きかけ

◇テーマ③「地域リーダーの育成」 審議の視点：地域リーダーを育てる取組や活動するきっかけをどのようにしたらいいのか

評価した事業	事業の概要	評価の結果とそのポイント	
1 地域づくりコーディネーター養成講座	住民の主体的な地域づくりの活動をコーディネートする人材を養成するための講座	改善	・目的の明確化 ・講座の開催方法の工夫 ・受講者が活動しやすい環境づくり
2 わがまち魅力アップ応援事業	自治会や5人以上の団体が主体的に取り組む地域づくり活動に対し、200万円を上限に助成	改善	・事業実施者同士の交流の場づくりと実施事業の報告と評価 ・広報活動 ・制度の課題と将来的な見直しの方向性
3 地域福祉推進リーダー養成講座	地域福祉の推進役となるリーダーを育成するための講座	改善	・真に地域で活躍するリーダーの育成 ・目的の明確化と内容の充実 ・受講者が活動しやすい環境づくり
4 農ある里山暮らしのすすめ講座	里山暮らしから新しい地域づくりを考え、地域リーダーを育成するための講座	改善	・目的と手段を明確にして開催 ・関係機関・部所との連携 ・広域連携の取組
5 川辺里山・水辺をつなぐ会	里山や水辺の自然を守り、未来の子どもたちへ引き継ぐとともに地域づくりを進める会	拡充	・他地域での関係団体の連携を推進 ・後継者と資金面の自主性を重視した行政のサポート

お知らせ

さららの湯無料バス 運行のお知らせ

毎週月・水・金曜日(祝日以外)に高齢者福祉センターとさららの湯間で、無料バスを運行しています。

●**出発時刻** 高齢者福祉センター発
／午前10時25分、さららの湯発
／午後1時50分

●**その他** 3月31日(月)まで、平日10名、土日祝日15名以上でご利用の場合には、市内無料送迎を行います。入館料が別途必要です。

●**詳細** 室賀温泉さららの湯(TEL 31・1126)へ。

問 市農政課 TEL 23・5122

要介護・要支援認定者に 所得控除用の書類発行

介護保険制度で要介護・要支援認定を受けていて、次の基準に該当する方から申請をいただくと、所得税や住民税の申告で控除を受けるための書類を発行します。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。

◇**障害者控除対象者認定書**

障害者手帳などをお持ちでなくても、障がい者に準ずる状態と認められ、障害者控除を受けられる書類です。65歳以上の方で、要介護・要支援認定関係書類から、市で定める障

お知らせ/催し

がいに準ずる状態であることが確認できる方に発行します。

◇**おむつ使用証明書に代わる**

主治医意見書内容確認書

成人用おむつの購入費を医療費控除の対象として認めるために必要な書類です。おむつ代の医療費控除の適用が2年目以降の方で、要介護認定に必要な主治医意見書から、寝たきりの状態で、かつ尿失禁の可能性があると確認できる方に発行します。

なお、初めておむつ代で医療費控除を受ける場合は、医師が作成する「おむつ使用証明書」が必要です。

問 高齢者介護課

TEL 23・5140

丸 健康福祉課 TEL 42・0092

目 健康福祉課 TEL 72・4700

武 健康福祉課 TEL 85・2119

相続登記はお済みですか

2月は「相続登記はお済みですか月間」です。司法書士が、相談にお答えします(無料)。

●**日時** 2月1日(土)～28日(金)午前9時～午後4時(土日祝日を除く)

●**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問い合わせください。

●**詳細** 長野県司法書士会(TEL 026・232・7492)へ。

問 市生活環境課 TEL 22・4140

催し

平成25年度 上小児童生徒版画展

上小地域の小中学生の版画作品を展示、紹介します。

●**日時** 1月25日(土)～2月4日(火)午前9時～午後4時30分(1月29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)

●**詳細** 上小美術教育研究会事務局(第二中学校内/日岐 TEL 22・0103)へ。

問 山本鼎記念館 TEL 22・2693

平成25年度山本鼎記念館 美術教室作品展

山本鼎記念館美術教室受講生の制作した作品の展覧会です。

●**催事名/期間**

洋画A教室展(初心者・OB)

／2月7日(金)～11日(火)

洋画B教室展(経験者・OB)

／2月14日(金)～18日(火)

版画教室展(初心者・経験者)

／2月21日(金)～25日(火)

木彫教室展(初心者・経験者・OB)

／2月28日(金)～3月4日(火)

●**時間** 午前9時～午後4時30分(各展覧会最終日は午後3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)

●**休館日** 毎週水曜日と2月13日(木)

問 山本鼎記念館 TEL 22・2693

第30回文化創造祭

中央公民館で活動している学習グループ、地域の小学生が発表します。

◇**展示**

●**日時** 2月8日(土)午前9時～午後4時、9日(日)午前9時～午後3時

●**場所** 中央公民館

●**内容** 絵画、工芸、写真、書道、陶芸、手芸、文芸、郵便、料理、韓国文化、発明、消費者活動ほか

●**駐車場** ひとまちげんき・健康プラザうえだ、または総合駐車場へ。

◇**舞台**

●**日時** 2月9日(日)午前10時～午後3時20分

●**場所** 上田市民会館

●**内容** 演劇、コカリナ、リトミック、フラダンス、アルパ、ゴスペル、フォークギター、詩吟、東小学校音楽器班、北小学校合唱クラブ

問 中央公民館 TEL 22・0760

ワールドワイドなカフェ

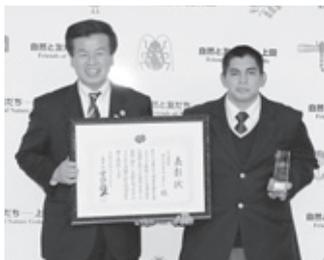
国籍も言葉も年齢も性別も関係なく自分らしく生きていくために、体験して感じたことを共有しません

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。

国民体育大会レスリング入賞 市長表彰

第68回国民体育大会レスリング競技(フリースタイル96kg級)で3位に入賞した功績を称え、上田西高等学校3年生のマルチネスタダシさんに、12月13日、市長表彰を授与しました。



動画はこちらから

表彰式でマルチネスタダシさんは、「高校3年間で積み重ねた努力を大学でも活かし、将来はオリンピックに出場しメダルを勝ち取りたい」と、意気込みを話しました。

母袋市長からは、「国民体育大会の入賞者が地元から出て、地域に元気を与えてくれた。これからもさらに努力を重ね、高い目標に向けて頑張ってください」と、健闘を称え、今後に期待を寄せていました。



動画はこちらから

長野大学女子バレーボール部 表敬訪問



12月2日～7日に大阪府で開催された「第60回秩父宮妃賜杯全日本バレーボール大学女子選手権大会」に出場した長野大学女子バレーボール部が、出場報告のため12月18日、母袋市長を表敬訪問しました。

同部は、第61回秋季北信越大学バレーボール選手権大会で第2位となり、全国大会への出場を決めるとともに、ベストサポーター賞、ベストレシーバー賞など様々な賞を受賞しました。主将の町田あき穂さん(3年)は、「春季北信越大学バレーボール選手権大会では優勝を狙いたい」と、今後の抱負を話しました。

市長からは、「自らの力を高め、春の大会に向け高い目標を持ち、達成するよう頑張ってください」と激励がありました。

- か。男女共同参画の視点にたった国際理解のためのお茶会です。
- 日時 1月24日(金)午後6時45分～8時30分
 - 場所 市民プラザ・ゆう
 - 内容 ミニ講演会「フィリピン スモーカーマウンテンのこと」、懇談
 - 講師 直井恵氏(なおいめぐみ)(うえだ平和映画祭実行委員)
 - 参加費 無料
 - 申し込み 不要
- 問 市人権男女共同参画課
TEL 23・5245

第15回武石 アイスキャンダル祭り

- 武石ともしび博物館入り口から館庭園内に約400本のアイスキャンダルを灯します。冬の一夜の幻想的なあかりのほか、武石児童館「フレンズ」によるオカリナの演奏、クイズラリーコーナー、温かいとん汁の振る舞いなどお楽しみください。
- 日時 2月1日(土)午後6時～8時30分
 - 場所 武石ともしび博物館
 - 入館料 無料
- 問 市立博物館 TEL 22・1274

子ども輝く第13回 うえだ子ども文化祭り

- 上田市文化少年団に加盟する11団体の子どもたち、約550名が参加・出品します。子どもたちが舞台上で、また展示の場で輝く姿をぜひご覧ください。
- 日時 2月8日(土)午後1時～4時(展示のみ)、9日(日)午後1時30分～4時30分(開場1時)
 - 場所 丸子文化会館
 - 入場料 無料
- 問 上田市文化少年団事務局(市文化振興課内) TEL 23・6361



上田市少年少女 サッカー大会開催

青少年活動の一環として、サッカーを通じて健全な心身の発達と相互の親睦を図ります。

●日時 3月15日(土)・16日(日)

※予備日21日(金・祝)

●場所 千曲川市民緑地(上堀グラ

ウンド)

●競技方法

8人制ミニサッカー、チームは原則育成会単位で編成。

小学生高学年の部(男女4～6年生)

小学生低学年の部(男女1～3年生)

●参加費 小学生女子の部(女子1～6年生) 1チーム3000円(2

●申し込み 月26日(水)の監督会議で徴収) 申し込み 2月19日(水)までに、各申込窓口にある所定の申込用紙で左記、または丸子総合体育館、真田・武石教育事務所へ。

●問い合わせ 問 スポーツ推進課

TEL 23・6372

催し

貸切特別列車「別所線満喫号」を運行します

別所線での旅を楽しみ電車に乗ることを身近に感じる機会を創出し、今後の利用促進へとつなげるため、貸切特別列車「別所線満喫号」を運行します。

車内ではハーモニカ演奏や腹話術披露などのイベント、沿線では車庫見学や別所温泉の散策をします。

また、車両には特製ヘッドマークを掲出します。今回限りのスペシャルイベントです！



- 期 日 2月15日(土)
- 場 所 別所線上田駅、列車内
- 対 象 どなたでも
- 定 員 先着80名
- 参加費 中学生以上3,000円、小学生1,500円、小学生未満無料(切符、あいそめの湯入浴券、昼食付。小学生未満の昼食は付きません)
- 内 容 10:45 / 別所線上田駅改札前集合(11:11上田駅発→下之郷駅)
11:45 / 貸切列車下之郷駅出発(→上田駅→12:23下之郷駅着、車内イベント)、昼食、車庫見学、資料館開放
13:35 / 下之郷駅出発(→13:48別所温泉駅着)
あいそめの湯、別所温泉街散策、丸窓電車開放
15:04 / 別所温泉駅出発(→上田駅15:33着[解散])
※内容が変更となる場合があります。詳しくは「別所線の将来を考える会ホームページ」をご覧ください。
- 申し込み 代表者氏名、参加人数、住所、電話番号を明記し、2月4日(火)までに、別所線の将来を考える会事務局(竹田：TEL/FAX 23・2952、Eメール besshosen@yahoo.co.jp)へ。

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



催し

市 上田市役所 tel.22・4100(代) fax.25・4100(代) 丸 丸子地域自治センター tel.42・3100(代) fax.43・3666(代)

真 真田地域自治センター tel.72・2200(代) fax.72・4140(代) 武 武石地域自治センター tel.85・2311(代) fax.85・2313(代)

介護者の会「なのはな」

日頃介護で思うこと、困っていること、疑問など、気軽に話をしてみませんか。

●日時 1月28日(火)午後1時30分～3時

●場所 丸子保健センター(丸子ふれあいステーション1階)

●内容 介護者同士の交流会、個別相談(希望者)

●対象 介護をしている方、介護について学びたい方

●参加費 無料

●申し込み 1月23日(木)までに、電話で左記へ。

問 市 高齢者介護課

TEL 23・5140

丸 健康福祉課 TEL 42・0092

真 健康福祉課 TEL 72・4700

武 健康福祉課 TEL 85・2119

介護予防体操

いつまでも元気な生活が送れるように、体操を習慣にしましょう。

●期日/場所 2月6日(木)/高齢者福祉センター、2月17日(月)/真田老人福祉センター、2月18日(火)/長瀬市民センター(丸子)、2月21日(金)/堀之内公民館(武石)

●時間 午前11時～正午

●持ち物 水分補給用飲料

●参加費 無料

●申し込み 不要

問 市 高齢者介護課

TEL 23・5140

世界が食べられなくなる日 映画上映会

遺伝子組み換え食品の実態を追ったドキュメンタリー映画の上映会です。

●日時 1月26日(日)①午前10時30分～午後0時30分、②午後2時30分～4時30分、③午後6時30分～8時30分

●場所 塩田公民館

●チケット 前売り1000円(当日1200円)、高校生以下無料

●託児 ①のみ有り(1歳6か月児以上。1月23日(水)までに、メール(meli@ued.janis.or.jp)で安井へ)。

●申し込み 電話で蚕都くらぶ・まゆ(峰村) TEL 080・5141・7905へ。

問 市 生涯学習課 TEL 23・6370

講座・教室

NPバイバイズ・パーフェクト(NP)プログラム

NPプログラムとは「完璧な親なんていない」という意味の、子育て中の親応援プログラムです。参加者み

んなでテーマを決めて話し合い、学び合い、支え合う参加型講座です。

●日時 2月17日(月)・25日(火)、3月3日・10日・17日・24日の月曜日、午前10時～正午

●場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ

●対象 0歳から就園前のお子さんと保護者(原則毎回参加できる方)

●定員 先着10名(託児あり)

●受講料 無料

●申し込み 1月27日(月)～2月3日(月)に、電話で左記へ。

問 市 子育て・子育て支援課

TEL 23・5106

観光ガイド講座

●日時 2月10日・24日、3月3日・10日・17日・24日の月曜日、午前10時～午後3時(全6回)

●場所 上田地域シルバー人材センター会議室、上田城跡公園

●内容 上田地域の歴史的文化遺産、伝統行事、真田氏の歴史など

●対象 60歳以上の方

●定員 先着20名

●受講料 無料

●申し込み 1月24日(金)～31日(金)に、電話で上田地域シルバー人材センター(Tel 23・6002)へ。

問 市 高齢者介護課

TEL 23・5140

アラサー！アラフォー！ 簡単フィットネス

ウォーキング、ストレッチ体操、筋力運動、リズム運動などを楽しく行い、運動を習慣にするするきっかけづくりの教室です。

●日時 2月13日・27日、3月13日の木曜日午前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 1月31日(金)までに、電話で左記へ。

問 市健康推進課 TEL 28・7123

取り分け離乳食教室

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やすく。

●日時 ①2月13日(木)、②2月14日(金)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か月児)と母親

●定員 各回先着10組(託児有り)

●参加費 300円

●持ち物 赤ちゃん手帳、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(母用)、子ども用スプーン、おんぶひも、おもちゃ、水分補給用飲料

●申し込み 1月20日(月)～31日(金)に、電話で左記へ。

問 市健康推進課 TEL 28・7123

絶対たのしい！地酒教室 —ステップアップ編—

きき酒師から、地域文化としての信州地酒について、原材料、製造過程、ラベルの読み方、温度による飲み方、熟成などをテーマに詳しく学びます。なお、講義は、日本酒の基本的な知識を前提とします。

●日時 2月15日、3月1日・15日の土曜日、午後5時30分～8時

●場所 真田中央公民館

●講師 宮島国彦氏(きき酒師)

●対象 20歳以上の市民で、原則毎回参加できる方

●定員 先着20名

●受講料 300円(別途実習費2000円。それぞれ一括徴収)

●申し込み 1月24日(金)以降、電話、

または直接左記へ。

●その他 実習では日本酒を試飲するため、帰途に車の運転はできません。公共交通機関(運賃低減バス)などをご利用ください。

問 真田中央公民館

TEL 72・2655

職業訓練講座

◇パソコンJW-CAD講座

設計から図作成までを行います。

●日時 2月4日～27日の火・木曜日午後6時30分～9時、3月1日(土)午前9時～午後4時(全9回)

●定員 先着10名

●受講料 2万円(会員1万円)

●申込期間 1月17日(金)～31日(金)

◇和裁講座

昔ながらのちゃんこを作ります。3日間の受講で完成します。

●日時 1月26日～3月2日の毎週日曜日午前10時～午後3時

●定員 15名程度

●受講料 1日につき2000円

●申込期間 1月17日(金)～各開催日の3日前まで

◇共通事項

●場所 上田地域高等職業訓練センター

●申込方法 受講料を添えて、上田地域高等職業訓練センター(TEL 75・7690)へ。

問 市雇用促進室 TEL 24・7363

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
	ことぶき大学	ことぶき大学院	高齢者学園	シニア大学
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。
履修期間	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
入学資格	市内在住60歳以上の方。ことぶき大学卒業業者や他の大学との併願はできません。	市内在住60歳以上の方で、ことぶき大学・高齢者学園・シニア大学の卒業業者(本年度卒業予定者含む)、一般の短大・大学の卒業業者。	市内在住60歳以上の方。他の大学との併願はできません。	おおむね60歳以上の方。シニア大学(旧老人大学)卒業業者は定員に余裕がある場合のみ入学可。
募集人員	①50名 ②30名 (応募多数時は抽選)	文系・自然系 各先着30名	先着70名	先着80名
受講料	年額1,000円 (別途クラブ活動費、宿泊研修費など自己負担あり)	年額1,000円 (別途学級運営費1,000円、研修費など自己負担あり)	無料 (別途教材費の一部として年額1,500円負担。研修旅行費など自己負担あり)	年額8,500円(予定) (別途教材費、自治会費など自己負担あり)
申し込み	①②とも3月11日(火)の午前9時30分～10時に、各公民館にある応募要項により、直接中央公民館へ。	2月3日(月)～28日(金)に、中央公民館へ(土日祝日除く)。	2月1日(土)～28日(金)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配布窓口にて提出。	2月3日(月)～28日(金)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配布窓口にて提出。
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

池波正太郎真田太平記館 喫茶・文化講座

◇ロザファイ体験

紙から作る
バラのアクセ
サリー・ロザ
ファイでペンダ
ントを作って
みませんか。



●日時 1月27日(月)午後1時～3時
30分

●講師 桑原由美子氏(日本ロザファイ
協会認定講師)

●受講料 2900円(材料費、お
茶代含む)

●持ち物 はさみ、老眼鏡(必要な
方)

◇ネックレスを作ろう

シユガー
パールを使っ
てあみあみ
ネックレスを
作ってみませ
んか。



●日時 2月10日(月)午後1時～3時

●講師 青木かおる氏(社生涯学習
協議会ビーズテッチ認定講師)

●受講料 3000円(材料費、お
茶代含む)

●持ち物 はさみ、かぎ針(6～7
号)

◇共通事項

●場所 池波正太郎真田太平記館
●定員 各回先着20名

講座・教室／募集

●申し込み 開催日1週間前まで
に、電話で左記へ。

問 池波正太郎真田太平記館
TEL 28・7100

「あそび心講座」

平成25年度わがまち魅力アップ応援
事業「あそびの魅力を通して育む
大人力、子ども力」の参加者を募
集します。連続講座です。

●日時／場所

①2月5日(水)午後7時～9時／中
央公民館

②2月22日(土)午後1時30分～4時
30分／上田創造館

③あそびワークショップ「忍者参
上！上田城の巻」3月15日(土)午
後2時～4時／勤労青少年ホー
ム、上田城跡公園

●対象 小学生以上親子先着30組
(大人が連続して講座に参加でき
る方。①②は大人のみ)

●講師 北島尚志氏(NPO法人あ
そび環境Museumアフタフ・パ
ン代表)

●受講料 各回とも一人5000円

●申し込み 1月20日(月)午前10時以
降、電話で、上田子ども劇場事務
局(Tel 27・4756)へ。

問 生涯学習課 TEL 23・6370

ジュニアマラソン練習会

ジュニアマラソンランナーを育成
するための練習会を開催します。走
る速さに制限はありませんので、お
気軽にご参加ください。

●日時／場所

①1月25日(土)・②2月9日(日)／
東御中央公園、③2月22日(土)／上
田城跡公園、④3月9日(日)・⑤3
月29日(土)／HIOKIランニング
コース、各回午前10時から2時間
程度

●内容 マラソンに親しめるようレ
ベルに応じて楽しく練習します。

●対象 小・中学生(男女)

●参加費 無料(保険加入は各自で
対応してください)

●申し込み 当日会場で受付

●詳細 電話で、上田東御小県駅伝
部(宮岡 TEL 090・6493・
6415)へ。

問 スポーツ推進課

TEL 23・6372

募集

心の教室相談員を募集

小中学校で児童生徒や保護者の相
談などに応じる心の教室相談員を募
集します。

●採用人数 若干名

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

● 応募資格 平成26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

● 任用期間 4月1日から平成27年3月31日まで

● 勤務場所 市内小中学校

● 職務内容 児童生徒や保護者に対する相談・援助など学校教育活動の支援

● 勤務条件 休業日を除く月～金曜日(年間180日程度)で週29時間以内、労災保険に加入

● 賃金 市の基準により支給

● 採用方法 書類選考後、面接により決定。

● 応募方法 2月6日(木)までに、履歴書、返信用封筒(80円切手貼付、宛名を記入)を郵送(同日必着)、または直接左記へ。

問 市 学校教育課 TEL23・5101

非常勤職員(障がい者)を募集

「障害者の雇用の促進等に関する法律」の趣旨に基づき、障がい者を対象として非常勤職員を募集します。

● 採用人数 4名

● 応募資格 次のいずれの条件も満たす方

① 市内に住所を有する方

② 昭和29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

● 任用期間 4月1日から平成27年3月31日まで(通算5年の範囲内で任期を更新する場合あり)

● 勤務場所 市役所本庁舎、または市内出先機関

● 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 市の基準により支給(時間給840円、別途交通費)

● 採用方法 選考試験(作文、面接。試験日程は別途通知)

※ 応募多数時は、応募書類による一次選考を行う場合あり。

● 応募方法 1月31日(金)までに、履歴書(必要事項を記入、顔写真貼付)、手帳の写し、返信用封筒(長形3号封筒に80円切手貼付、宛名を記入)を郵送(同日必着)、または直接左記へ。

問 市 人材開発課 TEL23・5332

管楽アンサンブル体験・参加者募集

「上田・ウイーンアカデミーウインドオーケストラ」の参加者を募集します。ワルツなどウイーンの音楽にふれ、参加者の交流を深めます。

● 日時 1月26日(日)以降の毎月第2・4日曜日、午後7時～9時

● 場所 信州国際音楽村

● 指導 市村信持氏(元群馬交響楽団・バストロンボーン奏者)

● 練習予定曲 ラデッキーマーチ、美しき青きドナウ、雷鳴と雷光他

● 対象 どなたでも(中・高校生も可。ただし、各自で会場へ来る事ができる方)

● 参加費 1回300円(楽譜コピー代など。練習日ごとに徴収)

● 持ち物 楽器および譜面台。持参できない場合は要相談。

● 申し込み 1月25日(土)までに、信州国際音楽村にある申込書(FAX送信可)に必要事項を記入の上、郵送(T38610411 生田293711 信州国際音楽村宛/同日必着)、FAX(42・3948)、または直接窓口へ。

● 詳細 信州国際音楽村(TEL42・3436)へ。練習を見学して、途中から参加することも可。

問 丸 教育事務所 TEL42・3147



文芸

情報ア・ラ・カルト

音楽村5月オペラ 劇中合唱隊募集

第一線で活躍しているオペラ歌手の指導を受け、共に舞台を作ってみませんか？

●日時 (初回)3月10日(月)午後7時
～9時(全12回)

●場所 信州国際音楽村

●内容 オペラ「コジ・ファン・トゥッテ(W・Aモーツァルト作曲)」

●合唱指導 岡本泰寛氏(オペラ歌手)、大森晶子氏(ピアノリスト)他

●対象 どなたでも

●参加費 1万円(別途テキスト代)

募集

●申し込み 1月31日(金)までに、信州国際音楽村にある申込書(FAX送信可)に必要な事項を記入の上、郵送(〒386-0041 生田2937-1 信州国際音楽村宛/同日必着)、FAX(42-3948)または、直接窓口へ。
●詳細 信州国際音楽村(TEL 42-3436)へ。
●教育事務所 TEL 42・3147

短歌 小宮山 久子 選

入選 キズのあるリングゴを東御で買ひ求むキズが自分の身丈にあいて

若者の特権のごとく子はわれにむしろ逆境を選ぶと宣言す

灯を消して時雨を聴けばひっそりと秋に逝きたる
父徳はるる 八木沢 小林さよ子

佳作 広縁に並べたふとんに日のひかり長く差しこむ師走のはじめ

枯れ芒右に左に揺れて咲く秋の花だと誇示するように
水槽の泥鰯に餌をやる夫の貌孫見るように目尻のさがる

南天に絡まる小さき朝顔の濃むらさき揺れ 冬は来にけり
上堀 工藤じゅん

選者詠

住きうたのかくてすたれてゆくかな歌人藤井常世の訃報
〔評一首目 傷のある、いわゆるハブキの林檎を東御市の直売所などで買ったのだらう。安価だが味は良い。着実な生活者の歌であり、外見より本質を求める気持ちも伺える。〕

俳句 島田 洋子 選

入選 詠む吾と読む妻がいる良夜かな
凄まじや坂駆け上がる朴落葉

着ぶくれて口も重たくなりけり

野の風になりきっている枯芒
駒頭に幼き子等が社会鍋

佳作 転がれる木の葉めがける子犬かな
小春風入院の妻髪直し

小春日や首振り人形卓上に
切り藁を散らす冬田や昼の月

小鳥かと紛う枯れ葉や病窓に
小判のごとく菊芋ざくと転げ出る
短日や歩幅大きく歩き出す

選者吟

落葉踏む人の話を聞くやうに
〔評一句目 今宵は、心まで澄み渡るような名月。作者は句を詠み、傍らには読書をしている奥様がいます。充実した二人を、包むまさに良夜である。〕

川柳 齊藤 俊醉 選

入選 残しおく柿は鳥へのおもてなし
心まで満たしてくれぬいい返事

ハイハイと重ね返事の軽いこと

鈍行の旅で拾った人の情
理屈よりやさしい愛のある介護

佳作 案山子さま礼に三回頭下げ
編み棒が手先呼んでる冬の夜

晩学へ優しい孫の手を借りる
遅く野菊は原野で咲き誇る
騙されて反省してる欲の皮

日溜りに笑顔が集い至福の茶
炬燵にてみやげ味わい旅をする

選者吟

初春に駒いなきて先見据え
〔評一句目 柿は大変不作だったとか、また流行語大賞の「おもてなし」がこんな形で使われ、鳥も恐縮しながらご相伴にあずかる事でしょう。〕

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(11月分)。

- ◇秋山雅彦様 現金10万円
／ふるさと寄附金Aコースとして
- ◇清水繁喜様 現金10万円
／ふるさと寄附金Aコースとして
- ◇立岡明美様 現金1万円
／ふるさと寄附金Aコースとして
- ◇菊地洋子様 現金2万円
／ふるさと寄附金Cコースとして
- ◇畑田昌幸様 現金6万円
／ふるさと寄附金Cコースとして
- ◇菊地善昭様 現金2万5,000円
／ふるさと寄附金Dコースとして
- ◇木内信太郎様 現金5万円
／ふるさと寄附金Fコースとして
- ◇(公社)長野県公共嘱託登記士地家屋調査士協会様 本「じめんのボタンのなぞ」25冊
／市内小学校へ
- ◇匿名 現金9,986円／社会福祉基金として

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・川柳の別を記入の上田市教育委員会まで。○添削を希望する場合は、往復はがきにご自分のあて先を記載のうえ、投稿してください(短歌については2首まで。掲載作への返信は除きます)。○掲載作については、選者が添削して掲載する場合もあります。
◆住所 〒386-00025 天神2-14-74 ◆締め切り 1月31日(金)必着 田教育総務課 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 塩田地域自治センター(塩田公民館)
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
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、保健だよみをご覧ください。

携帯版保健だよみ



◆上田地域にお住まいの方 健康推進課 TEL23・8244

項目	対象者	実施日	会場	受付	
健診	4か月児	25年9月16～30日生	6日(木)	上田	12:30 ～ 13:45
		25年10月1～15日生	18日(火)		
		塩田・川西・川辺・泉田の25年9月生	14日(金)		
	1歳 6か月児	24年7月16～31日生	5日(水)	上田	
		24年8月1～15日生	19日(水)		
	2歳児 歯科	23年11月1～15日生	4日(火)	塩田	
23年11月16～30日生		25日(火)			
塩田・川西の23年11・12月生		20日(木)			
3歳児	23年1月1～15日生	7日(金)	上田	12:30 ～ 13:45	
	23年1月16～31日生	21日(金)			
	塩田・川西の22年12月～23年1月生	28日(金)	塩田		
教室	7か月児	25年6月16～30日生	6日(木)	上田	9:30 ～ 9:45
		25年7月1～15日生	27日(木)		
		塩田・川西・川辺・泉田の25年7月生	21日(金)		
	おたんじょう	25年2月1～10日生	5日(水)	上田	
		25年2月11～20日生	19日(水)		
		25年2月21～28日生	26日(水)		

◆丸子地域にお住まいの方 丸子保健センター TEL42・1117

項目	対象者	実施日	会場	受付	
健診	4か月児	25年9月7日～10月5日生	7日(金)	12:30 ～ 13:15	
	10か月児	25年4月生	21日(金)		
	1歳 6か月児	24年7月8～31日生	4日(火)		丸子
			18日(火)		
2歳児 歯科	24年1・2月生	18日(火)			
教室	7か月児	25年7・8月生	25日(火)	9:45 ～ 10:00	

◆真田地域にお住まいの方 真田保健センター TEL72・9007

項目	対象者	実施日	会場	受付
健診	4か月児	25年9・10月生	13日(木)	13:00 ～ 13:15
	7か月児	25年7月生	20日(木)	9:50 ～ 10:00
教室	おたんじょう	24年10～12月生	6日(木)	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	25年9月7日～10月5日生	7日(金)	12:30 ～ 13:15
	7か月児	25年6～8月	24日(月)	

市内委託医療機関(個別)

健診	10か月児	25年3月16日～4月15日生	2月受診/完全予約制
----	-------	-----------------	------------



◎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

エコ・ハウスの修理工房「包丁研ぎ」

エコ・ハウスの修理工房では、無料で包丁研ぎを行っています。

日時 毎週水曜日13:00～15:00(受付13:00)

数量 一人1回1本限り(1日10本で終了)

※包丁研ぎは、3月26日(水)をもって終了します。

エコ・ハウスの「わくわく講座」

不用なものがリサイクル・リフォームで生まれ変わる楽しさをエコ・ハウスで体験しませんか。

◇さき織り教室

日時 2月6日(木)10:00～12:00

内容 織り方の説明 **定員** 先着6名

参加費 600円 **持ち物** 不要になった着物

◇着物から丸首リバーシブルベストづくり

日時 2月13日、20日の木曜日10:00～15:00

定員 先着8名

参加費 350円

持ち物 着物(ほどいて)、裁縫道具、型紙用紙、弁当

◇共通事項

申し込み 2月3日(月)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/>

NISA地域情報化セミナー

「小・中・高生の保護者のためのインターネットセーフティガイド」

日時 2月8日(土)14:00～16:30

講師 おおくらひろお 大倉宏夫氏(長野県教育委員会人権支援係指導主事)、いしだじゅんいち 石田淳一氏((独)情報処理推進機構技術本部研究員)、やまうちしんじ 山内駿司氏(長野県警生活安全部少年課課長補佐)

対象 小・中・高校生の保護者

定員 先着200名 **参加費** 無料

申し込み 電話、FAX(39・1010)、またはE-mail(info@umic.jp)で(当日参加も可)。

PowerPoint初心者講座[PowerPoint2013使用]

最新バージョンのPowerPoint2013を使った初心者向け講座です。

日時 2月22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(最小催行人数5名)

参加費 1,500円

申し込み 2月1日(土)～21日(金)に、電話で。

Illustratorの基本操作を学ぼう

ドロー系グラフィックソフトIllustrator^{イラストレーター}を初めて使う方のための講座です。基本的な操作を学びます。

日時 2月23日(日)13:30～16:00

対象 パソコン経験者

定員 先着20名(最小催行人数5名)

参加費 1,500円

申し込み 2月2日(日)～22日(土)に、電話で。

使えるIllustrator講座 ～チラシを作ろう～

パソコンのスキル向上を目指す人向けに、Illustrator CS6の講座を開催します。文字や写真のレイアウトをプロのデザイナーから学びながらチラシを作成します。

日時 3月1日(土)10:00～16:00

講師 みずのしょう 水野翔氏(デザイナー)

対象 Illustratorを使ったことがある方

定員 先着20名(最小催行人数5名)

参加費 2,000円

申し込み 2月8日(土)～28日(金)に、電話で。

イベント・ナビ
EVENT NAVI2月の
行事予定

期日	行事	問い合わせ先
1日 ^土	第15回武石 アイスキャンドル祭り	市立博物館 TEL22・1274
2日 ^日	幸村街道会豆まき	ゆきむら夢工房 TEL72・2204
	北向観音節分会	北向観音堂 TEL38・2023
3日 ^月	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・2200
8日 ^土	第13回 うえだ子ども文化祭	文化振興課 TEL23・6361
15日 ^土	2014シリーズ文化講演会 第1回(吉川精一氏講演会)	文化振興課 TEL23・6361
22日 ^土	うえだ人権フェスティバル ～いのち・愛・そして絆～ (・23日)	人権男女共同参画課 TEL23・5393

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2日(日)11:30~12:00(開場11:15)
- 内容** 絵本:「おばけの地下室たんけん」、「がいこつさん」、「ごろんで ゆきだるま」他
- 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

仕事の基本セミナーは、ブレイクスルー思考と短時間対話法を活用し、自分で考え自分のよいところに気付くことを目指した、1回ごとの完結型セミナーです。

- 日時** 2月7日(金)18:30~20:00
- テーマ** 勝ち残るための経営計画を作る(継続的改善のしくみ)「儲かる経営(利益)計画の作り方」~必要利益はいくらあればよいか~
- 対象** 起業を目指す人、就職活動している人、企業の中堅社員~経営者、自己啓発したい人
- 定員** 先着12名
- 参加費** 500円(資料代)
- 申し込み** 1月23日(木)以降、電話で。

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する貴重な地域史料を読み解きます。

- 日時** 2月8日(土)13:30~15:30
- 内容** 「師範学校生徒修学旅行概況を読む」
一浅井洌先生と信州教育一
- 講師** 宮下明彦氏(長野県図書館協会事務局長)
- 定員** 先着30名
- 参加費** 800円
- 申し込み** 1月16日(木)以降、電話で。

小平真司クラリネットリサイタル ~クラリネット・ホライゾン~

クラリネットとピアノのこだわりの音響世界をお楽しみください。

- 日時** 2月15日(土)18:45~(受付18:15、開場18:30)
- 出演** 小平真司氏(クラリネット)
中村敦子氏(ピアノ)
- 内容** プラームス作曲/クラリネット・ソナタ第2番、ドビュッシー作曲/クラリネットとピアノのための第一狂詩曲他
- 定員** 先着70名

上田情報ライブラリーの続き

- 参加費** 一般(前売り1,000円、当日1,200円)、高校生以下無料(要事前申込)
- 申し込み** 1月23日(木)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** 2月16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

第6回・将棋チャレンジ講座

初心者から腕に覚えのあるキッズまで!

5×7マスの盤上で指す「ゲキトツ竹田将棋」を体験してみよう。その他、対局や詰将棋なども行います。

- 日時** 2月22日(土)13:30~15:30
- 場所** 上田駅前ビル・パレオ2階会議室
- 講師** 竹田貴一氏(上田育将会会長)
- 定員** 先着50名
- 参加費** 一般500円、中学生以下200円(付き添いは無料)
- 持ち物** 将棋盤と駒
- 申し込み** 1月25日(土)以降、電話で。

新聞記事検索データベースほか情報検索セミナー

就職活動や企業調査などにデータベースを活用してみませんか?活字情報・web情報・データベース情報の違いやデータベースの利便性についてもお話します。

- 日時** 2月28日(金)18:30~20:00
- 内容** 信毎データベース、朝日聞蔵、日経テレコン21、MAGAZINPLUS、ジャパンナレッジ、ルール電子図書館、官報情報検索サービス、第一法規データベース、歴史的音源
- 定員** 先着10名
- 参加費** 無料
- 申し込み** 1月27日(月)以降、電話で。

エコ・ハウス

TEL23・5144

エコ・ハウスで古着を回収します

エコ・サポート21で、家庭で使わなくなった古着を回収します。

- 日時** 2月7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。

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)

14日(金)・28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)

4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

13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)

19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

13日(木)10:00～16:00 上田情報ライブラリー

8日(土)・18日(火)9:00～12:00 丸子ふれあいステーション

1日(土)9:00～12:00 真田総合福祉センター

10日(月)9:00～12:00 武石地域自治センター

毎週月・水・金曜日(祝日除く)9:00～16:00

長野地方方法務局上田支局 TEL23・2001

市民プラザ・ゆう TEL27・2988

女性相談員によるなんでも相談

市民プラザ・ゆう

毎週火曜日11:00～18:00(面接相談希望の方は)

毎週木曜日10:00～17:00(ご予約ください)

第2・4土曜日10:00～17:00(要予約)

女性弁護士による法律相談(要予約、一人30分)

27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)

10日(月)・24日(月)14:00～16:00

ひとまちげんき・健康プラザうえだ

上田商工会議所 TEL22・4500

法律相談(要予約)18日(火)13:30～15:00 上田商工会議所

高齢者介護課 TEL23・5140

もの忘れ・認知症相談(要予約)※時間はいずれも13:30～17:00

4日(火) 上田市役所南庁舎

18日(火) 丸子ふれあいステーション

25日(火) 真田地域自治センター

少年育成センター TEL22・8080

青少年電話相談 毎週月～金曜日9:00～16:00

ひとり親家庭・児童相談

子育て・子育て支援課 TEL23・2000

発達相談(要予約)

発達相談センター TEL24・7801

児童生徒の教育相談

教育相談所 TEL27・0241

毎週月～金曜日9:00～16:00

ひとまちげんき・健康プラザうえだ

上田情報ライブラリー TEL29・0210

中小企業診断士による無料経営相談

自然エネルギー活用・省エネの進め方相談

(要予約/期日は相談のうえ決定) 上田情報ライブラリー

若者サポートステーション・シナノ TEL75・2383

わが子の就職等相談会(要予約)

毎週月曜日13:30～16:30

若者のための仕事何でも相談(要予約)

毎週月・木・金曜日13:30～16:30

ご意見をお寄せください

「広報うえだ」へのご意見・ご要望などをお寄せください。

▶郵送 〒386-8601 住所不要 広報情報課宛

▶TEL 71・8080 ▶FAX 23・5241

▶Eメール koho@city.ueda.nagano.jp

(12月16日現在の登録状況)

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)

ほしいもの、ゆずりたいものがあればエコ・ハウス(上田クリーンセンター敷地内)まで問い合わせください。

●ゆずります

ベビーベッド/ガスストーブ(都市ガス)/学習机/製麺機(うどん用)/電話機/植木鉢/ワープロ(東芝製)

●ゆずってください

チャイルドシート/女児服(110～130cm)/掃除機/テレビ/電子レンジ/スキーウェア(150cm)/顕微鏡/冷蔵庫/耕運機

●注意

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

ウィークエンドリサイクル 時間 10:00～12:00

第1土曜日 西友真田店・ツルヤ上田山口店・マツヤ上田川西店

第2土曜日 ツルヤ丸子店・西友秋和店・ツルヤ上田原店

第3土曜日 やおふく古里店・Aコープコア塩田店

第4土曜日 武石地域自治センター・西友上田東店・しおだ野ショッピングセンター

この印刷物はグリーン購入法の基準を満たす紙を使用しています。