



広報うえだ

No.225 8.1
平成27年



信州国際音楽村ラベンダー祭り2015

目次

- 2 「大型生ごみ処理機」モデル地区を募集
- 3 「臨時福祉給付金」が給付されます
- 4 健康づくりに検診を!
- 6 「健康寿命」を延ばしましょう
- 7 忍たま乱太郎観覧者を募集
- 8 帰ってきたうめちゃん
- 9 情報ピックアップ
- 12 情報ア・ラ・カルト

- 16 上田のお宝発見!、健康幸せづくりプロジェクト
- 17 情熱地域
- 18 スポーツひろば
- 20 施設イベント
- 24 サントミュージゼ・ニュース
- 25 カンガルー・ニュース
- 26 まちの話題
- 28 幸村ものがたり～ NHK大河ドラマ「真田丸」への取組～

平成27年8月1日号(毎月1日・16日発行)

編集・発行 上田市

〒386-8601長野県上田市大手1-11-16

TEL0268・22・4100 FAX0268・23・5241 MAIL:joho@city.ueda.nagano.jp

上田市役所

検索

表紙の説明は24ページ

市では、ごみの減量化・再資源化に向けた取組のひとつとして、「大型生ごみ処理機」を設置し、家庭から出る「生ごみ」の減量化・堆肥化の調査にご協力いただけるモデル地区を募集します。

設置期間 平成28年2月から5年間

募集地区数 4地区(応募多数時は選定)

設置台数 1地区1台(計4台)

募集条件 ・おおむね20～50世帯程度の一団となった地区(自治会、隣組、集合住宅など。ただし、事業所は除く)。

・モデル地区内で処理機を設置するスペースを確保でき、無償で市に貸し出せること(処理機の大きさ：幅1～2m×奥行1m×高さ1.5m程度、生ごみ投入口の高さ1m程度)。

・投入する生ごみ等の計量(1年間)や、アンケートなど市が行う調査に協力できること。

・「堆肥のもと」を堆肥として地区内で使用できること(堆肥は花壇や畑などで使用可能)。

・週1回程度の点検清掃ができること。

費用 大型生ごみ処理機のリース料や設置費、付帯工事費、維持管理費(電気代等)は市が負担します。

協定 モデル地区に決まった場合は、地区と市で協定を結びます。

応募期間 8月10日(月)～9月11日(金)

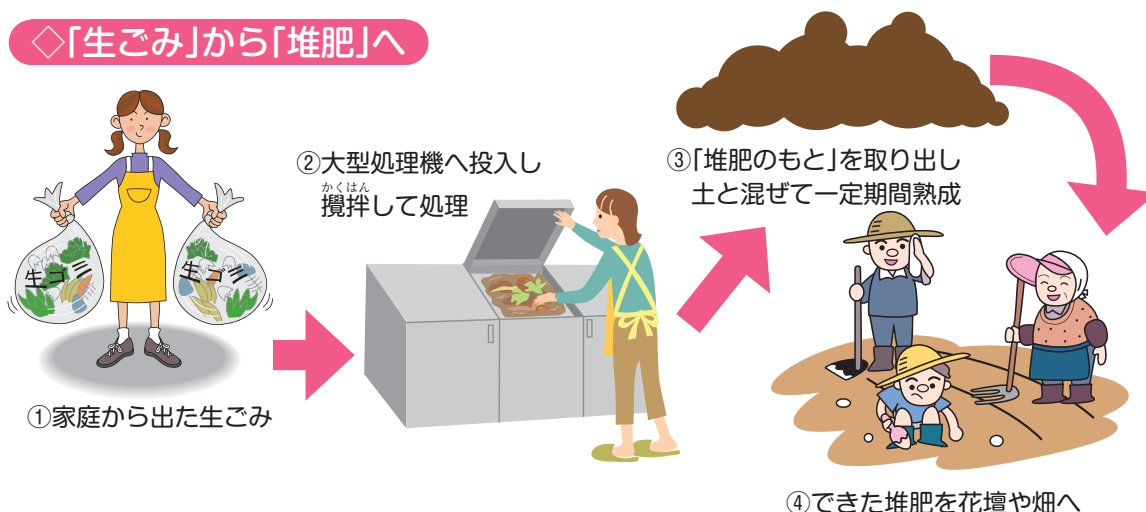
応募方法 所定の応募用紙(下記窓口、又は市ホームページにあり)に必要事項を記入の上、下記へ(郵送可)。



処理機のイメージ

問 資源循環型施設建設関連事業課 TEL71・8082

◇「生ごみ」から「堆肥」へ



○「大型生ごみ処理機」の特徴

- ・一台で20～50世帯程度の生ごみを処理できます。
- ・いつでも生ごみを出すことができます。
- ・家庭から出る可燃ごみが減ります(可燃ごみの約半分は生ごみと言われています)。
- ・堆肥として再利用できます(生ごみは一週間程度で一次発酵した「堆肥のもと」になります。「堆肥のもと」は、土と混ぜ一定期間熟成させると堆肥になります)。

○投入できる生ごみの種類

基本的に生ごみ全般を投入できます。ただし、投入できないものもありますのでご注意ください(処理機の機種により投入できるものが若干異なります)。

【投入できないものの例】

- ・腐敗したもの(カビが生えたものなど)
- ・液体状のもの(みそ汁、カレー、シチューなど)
- ・硬いもの(鶏の骨、貝殻など)
- ・生ごみ以外のもの(ティーバッグの袋、コーヒーフィルター、ビニールなど)

信州うえだ ごみ減量大作戦

「わけて(分別)!・へらして(減量化)!・いかそう(資源化)!」

～あなたのひと手間「ごみ」から「資源」に～

(ごみの減量化・再資源化に向けた「キャッチフレーズ」)

平成27年度 「臨時福祉給付金」 が給付されます

消費税率の引き上げによる影響を緩和するため、昨年度に引き続き、所得が低い方々に対し、暫定的・臨時的な措置として「臨時福祉給付金」が支給されます。

市では、今月下旬から支給対象となる可能性のある方に申請書を郵送しますので、必要事項を記入の上、必要書類を添えて提出してください。

対象

平成27年1月1日時点で上田市に住民票があり^{*1}、平成27年度市民税(均等割)が課税されていない方(ご自身が課税されていない場合でも、市民税が課税されている方の扶養親族等^{*2}や、生活保護の受給者等は対象になりません)

- ※1 平成27年1月2日以降に上田市へ転入された方は、1月1日時点の住民票所在地に申請することになります。申請方法や申請期間は市区町村によって異なりますので、直接自治体に問い合わせください。
- ※2 扶養親族等とは、税法上の「控除対象配偶者」、「配偶者特別控除における配偶者」、「扶養親族」、青色事業専従者、白色事業専従者や、16歳未満の年少者などです。

申請期間

9月1日(火)～平成28年2月29日(月)

※申請期間内に申請書が提出されない場合は給付金が支給できません。期間内に提出してください。

審査

提出いただいた申請書や添付書類に基づき支給要件の審査を行います。その結果、不支給となる場合もありますのでご承知ください。

支給方法

支給を決定した方には、10月中旬頃から順次指定口座への振り込みにより支給を開始します(振込予定日は支給決定通知書に記載。金融機関に口座がない方には窓口で支給します)。

支給額

支給対象者1人につき6,000円(加算措置はありません)

※支給は1回限りです

申請方法

今月下旬から郵送する申請書に必要事項を記入・押印の上、同封の返信用封筒に必要書類^{*3}を入れ返送してください。なお、申請書に同封されるお知らせに記載されている窓口に、直接提出していただいても結構です。

- ※3 必要書類は受け取り方法などにより異なりますので、お送りする申請書類でご確認ください。外国人は、在留カード、又は特別永住者証明書のコピーが必要です。



「臨時福祉給付金」の支給を装った 「振り込め詐欺」にご注意ください

市は、「臨時福祉給付金」の支給手続きや支給に関し、ATM(現金自動預払機)の操作をお願いすることや、手数料などの振込を求めることは絶対にありません。

そのような電話や郵便物が届いた場合は、福祉課、最寄りの警察署(又は警察相談専用電話#9110)にご連絡ください。





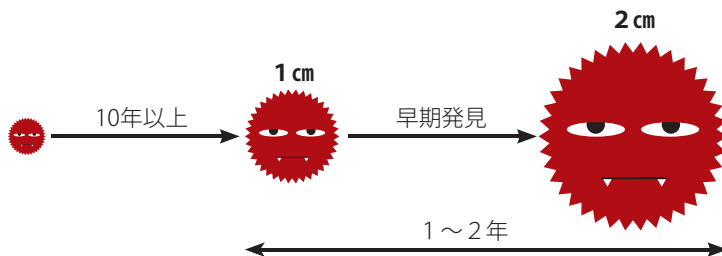
早期発見！早期治療！のために ～定期的に検診を受けましょう～

がん検診は、自覚症状がない人が検査を受けることによりがん発生の可能性を判定し、がんの疑いのある方に精密検査を受診してもらうことで、がんの早期発見・早期治療につなげていくことを目的に実施しています。

1つの細胞が1cmのがんになるまでには、乳がんの場合、細胞分裂で30回、15年かかります。しかし、1cmのがんが2cmになるには、3回の分裂、約1年半から2年しかかかりません。

早期がんは2cmまでをさしますが、1cm以下のがんは診断が難しく、検診を1～2年ごとに受けなければ、がんを早期に発見することができません。

特に日本人に多いとされる子宮頸がん、乳がん、大腸がん、肺がん、胃がんは、定期的な検診が必須です。



今年度のがん検診は お済みですか？

今年度中にまだ受診が可能な市のがん検診は、大腸がん検診、肺がん(レントゲン)検診、子宮がん検診、乳房検診、前立腺血液検査です。

また、予約の状況により、肺(らせんCT)検診、乳房マンモグラフィ検診も受けられます。詳しくは、問い合わせください。

検 診 名		対 象 者	受 診 料
大腸がん検診		40歳以上	500円(便潜血反応検査)
肺がん (らせんCT) 検診	いずれかを 受けられま す	50・55・60・65・ 70・75歳	3,000円(らせんCT検査)
肺がん (レントゲン) 検診		40歳以上	300円(レントゲン) 800円 (レントゲン・たん検査)
子宮がん検診		20歳以上の 女性で偶数年齢	集団:1,000円(頸部) 個別:1,200円(頸部) 2,300円(頸部・体部)
乳房検診		30～39歳の 女性	1,000円 (視触診・超音波検査)
乳房マンモグラフィ検診		40歳以上の 女性で偶数年齢	1,300円(レントゲン)
前立腺血液検査		50歳以上の男性	1,800円(血液検査)
胃がん検診		40歳以上	800円(バリウム検査)

※がん検診は、気になる症状のないときに受けましょう！

※すでに気になる症状のある方は医療機関を受診してください。

※検診後、症状に気づいた場合も、次の検診を待たずに医療機関を受診しましょう。

※今年度の胃がん検診は終了しました。

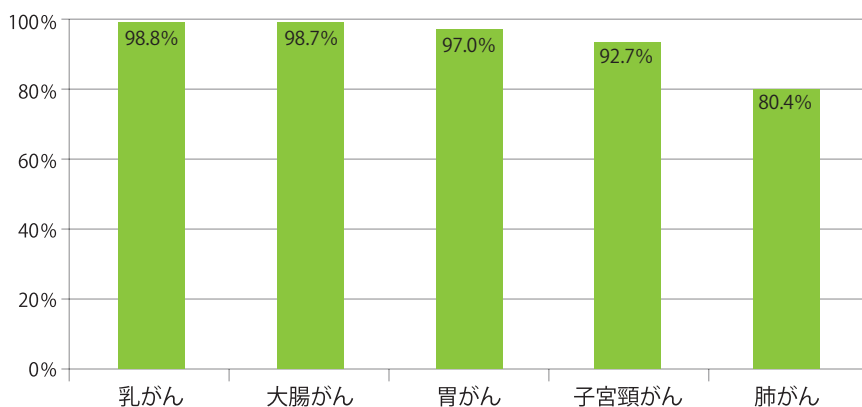
健康づくり～に検診を！
がん検診を受けましょう！

皆さん、ご自身とご家族はがん検診を受けていますか。
日本人が、生涯でがんにかかる確率は2人に1人(男性54%、女性41%)。国立がんセンターがん対策情報センターの統計からといわれており、誰もががんになる可能性があるといます。
医学の進歩等により、がんは、約6割の方が治療できるようになりました。特に進行していない初期の段階で発見し、適切な治療を行うことで、非常に高い確率で治療します。
検診対象者には、毎年2月下旬ごろ、市から案内が届きますので、職場などで検診を受ける機会のない方は、早期発見・早期治療のため、がん検診を必ず受けましょう。



精密検査になったら、必ず受診を

早期がんが発見され治療した場合の5年生存率(全がん協データから)



検診を受けた方の中には、精密検査の対象になる方がいますが、残念ながら精密検査を受けていない方もいます。市から精密検査の通知が届いたら、必ず医療機関を受診しましょう。

がん化した細胞を早く見つけて適切な治療をすれば、がんは治癒する確率が高くなります。

お出かけください！

第1回上田がん市民公開講座

「市民と共に考えるがん診療とがん予防・検診」

日 時 8月30日(日)13:30～15:00

場 所 上田文化会館

演題/講師 ①信州うへだ医療センターのがん診療への取り組み／

辻浩一郎氏(信州上田医療センターがん診療推進室長)

②たばこと肺がん～予防にいちばん大切なこと～／あがつまとしひこ吾妻俊彦氏(同呼吸器内科医長)

③消化器がんについて／しみずふみあき清水文彰氏(同外科医長)

参加費 無料

問 信州上田医療センター TEL22・1890



smart
wellness
city

健(康)幸(福)都市をめざして
健康幸せづくりプロジェクト
～健康でもっと元気 ずっと元気～



「健康寿命」男性80歳・女性84歳を目指しましょう

《上田市の「平均寿命」と「健康寿命」の差は男性1.7歳、女性3.7歳》

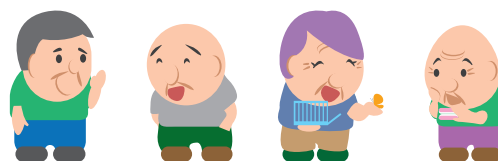
長野県の調査によると、健康上の問題で“日常生活”が制限されることなく生活できる期間、いわゆる健康寿命が、上田市は長野県全体に比べ、男女ともに約1年間短く、平均寿命と健康寿命の差が大きくなっています。この期間の差が小さいほど「寝たきりや介護が必要な期間が短い」、「健康で長生き」ということを意味します。

健康寿命の延伸を妨げる原因として、不適切な食生活(過食、欠食、バランスの良くない食事など)や運動不足などによる生活習慣病、運動器症候群(ロコモティブシンドローム)があげられます。年に1度は健診を受けて自分の体の状態を知ることにより、より良い生活習慣につなげて「元気で長生き」を目指しましょう！

上田市の健康寿命(平成22年)

	男性		女性	
	上田市	長野県	上田市	長野県
平均寿命	80.63歳	80.99歳	86.89歳	87.23歳
健康寿命	78.92歳	79.46歳	83.19歳	84.04歳
平均寿命と健康寿命の差	1.71歳	1.53歳	3.70歳	3.19歳

平成27年4月長野県公表



はじめませんか？『インターバル速歩』で体力向上!筋力アップ!



インターバル速歩は普通のウォーキングよりも短時間で持久力や筋力アップの効果が得られ、足腰の老化予防、さらに体脂肪率や血圧、血中脂質などの改善につながり、「健康寿命アップ」にも期待できます。

《インターバル速歩講座》(初めての方対象)

8月に歩き方の講習からはじめ、約6か月間、インターバル速歩を実践します。

日 時 歩き方講習 1 回目／8月21日(金)13:30～15:00

2 回目／8月28日(金)13:30～15:00 ※その後の日程詳細は通知

体力測定(必須)／9月4日(金)9:30～11:30、又は9月7日(月)13:30～15:30 のいずれか

場 所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ

対 象 20歳～おおむね70歳の市民で、初めてインターバル速歩講座を受講する方

定 員 25名(応募多数時は抽選)

参加費 3,000円(専用歩数計貸出料。4月1日～平成28年3月31日に迎える年齢が65～70歳の方は2,700円)

申し込み 8月13日(木)までに、電話で下記へ。

問 健康推進課 TEL28・7123



健康チャレンジ
ポイント対象事業

健康づくりチャレンジポイント制度「ポイント利用可能施設」の一部変更

ポイント利用可能施設の民間スポーツ施設「R.body ueda(アール ボディ ウエダ)」は、協賛辞退により、チャレンジポイント制度の特典が利用できなくなりましたのでご注意ください。

大河ドラマ館開館100日前イベント

忍たま乱太郎 キャラクター ショー

平成28年1月、上田城跡公園内の旧市民会館を利用して「(仮称)信州上田真田丸大河ドラマ館」がオープンします。そこで、開館100日前を記念して、NHK Eテレ(月)～(金)午後6時10分から放送中の「忍たま乱太郎」とその仲間たちのキャラクターショーを開催します。

アニメでおなじみのキャラクターによるステージショーと写真撮影会です。入場希望者は、下記の要領で申し込みください。

- 日時** 10月10日(土)※2回公演
[1回目]10:30～11:40(開場10:00)
[2回目]13:30～14:40(開場13:00)
- 場所** 上田文化会館
- 出演** 乱太郎、きり丸、しんべエ ほか
- 内容** 第1部/キャラクターショー
第2部/記念写真撮影会
- 入場料** 無料
- 申し込み** 8月31日(月)までに(当日消印有効)、郵便往復はがきで申し込みください(私製を除く。書き方は右記参照)。
- 注意事項**
- ・応募は1人(組)1通に限ります。
 - ・必ず希望回(1回目又は2回目)を明記してください。
 - ・応募多数時は抽選。当選者には入場整理券(1枚で4名入場可)をお送りします。
 - ・1歳以上のお子さんから人数に含まれます。

☎ 大河ドラマ「真田丸」上田市推進協議会
(☒ シティプロモーション推進室内)
TEL75・2554



© 尼子騒兵衛/NHK・NEP

往信欄(表面)

返信欄(裏面)

郵便往復はがき 52 386-8601 → 往信 ※住所不要 上田市役所 シティプロモーション 推進室 「忍たま乱太郎」係	(何も記入しないでください)
--	-----------------------

※往信欄(表面): 青色の切手・郵便番号の赤枠が印刷されている面

返信欄(表面)

往信欄(裏面)

郵便往復はがき 52 □□□-□□□□ → 返信 (ご自身の) 〒○○○-○○○○ (住所) (氏名)	(ご自身の) ①住所 ②氏名(ふりがな) ③電話番号 ④希望回 (1回目又は2回目)
--	---

※返信欄(表面): 緑色の切手・郵便番号の赤枠が印刷されている面

シリーズ第2弾 帰ってきた うめちゃん! ⑪

フィルムコミッション(FC)の事務局へやって来た真田うめちゃん。
夏休みも真っ盛り、毎日が楽しい様です。



上田ロケ映画上映のお知らせ

『手裏剣戦隊ニンニンジャー THE MOVIE 恐竜殿さまアップレ忍法帖!』が上映されます。

期 日 8月8日(土)～

場 所 TOHOシネマズ上田(アリオ上田内)

当日券 一般1,800円ほか

ロケ地 上田城、真田神社ほか

うめ 弟が保育園で映画のチラシをもらってきました。うめも大好きなニンニンジャー!!

F C TVシリーズの映画版だね。実はそれ、上田ロケ作品だよ。今回はお城が舞台ということで、上田城跡公園でも撮影が行なわれたんだ。



うめ すごい!!上田城で戦ったんですか!?

F C 真田神社や櫓門のあたりでちょっとした戦いのシーンを撮ったんだけど、一番の見せ場はクレーン車を使ってのワイヤーアクションかな。ワイヤーで吊られたスターニンジャーが颯爽と登場するんだ。格好いいよ!

うめ そんな撮影ができたなんてビックリ!お城のどこですか?

F C 石垣だよ。アクション監督がロケハンで訪れた時、尼ヶ淵からの眺めをとて気に入ってくれてね。下から見上げる感じがよかったらしい。

うめ へえ～、早く見たいな。弟も楽しみだって。

F C 撮影時も、近くの保育園の子どもたちがお散歩で通りかかってね。「あっ!ニンニンジャーだ!」ってみんな大喜びだった。子どもたちにすごい人気なんだって実感したよ。

うめ うめはアカニンジャーが一番好き!やっぱりイケメンだもん。

F C じゃあ、真田神社へ行ったらいいよ。社務所にアカニンジャー役の西川俊介さんが書いた映画のヒット祈願の絵馬が飾られているよ。

うめ きゃ～～～、これから行ってきま～す!

F C うめちゃん、映画もよろしくね～～～。

映画『サムライフ』ブルーレイ & DVD発売決定!

上田が舞台の実話をオール上田ロケで制作した、映画『サムライフ』のブルーレイ・DVDが発売されます。未公開シーンやメイキングなど、特典映像も収録された完全保存版です。

発売日 8月4日(火)

価 格 ブルーレイ/5,000円+税、DVD/4,000円+税

販 売 観光会館売店ほか

映画『バケモノの子』絶賛公開中!

上田市を舞台にしたアニメ映画『サマーウォーズ』でおなじみの細田守監督による最新作『バケモノの子』が、現在TOHOシネマズ上田ほか、全国の劇場で大ヒット公開中です。海外からも注目の集まるこの夏イチオシの一大エンターテインメントを、ぜひスクリーンでお楽しみください。



◇『バケモノの子展』開催

映画の公開を記念して、“アニメーション映画”が体感できる、初の大規模イベントを開催中。2009年の公開から今なお根強い人気を誇る映画『サマーウォーズ』のコーナーもあります。

期 間 8月30日(日)までの10:00～19:00

※会期中無休

場 所 渋谷ヒカリエ9階
(東京都渋谷区渋谷2-21-1)

料 金 大人1,700円ほか

問 『バケモノの子展』運営事務局
TEL03・3556・6562

地元出身のバンド センチメンタルボーイズ オール上田ロケのMV(ミュージックビデオ)解禁!!

9月にリリースするアルバムに収録されている『春のゆくえ』のミュージックビデオが、オール上田ロケで撮影され、上田市出身の鶴岡慧子さんが監督を務めました。見慣れた町の風景が、青春ドラマ仕立てで収められています! You Tubeでぜひご覧ください。



解禁日 8月5日(水)19:00～

ロケ地 上田城跡公園、上田橋、海野町ほか

映画『過ぐる日のやまねこ』公開決定!

上記MVを監督した鶴岡さんの長編デビュー作、映画『過ぐる日のやまねこ』の公開が、この秋に決定しました。上田を舞台にその全編がほぼ地元で撮影されました。詳細は次号でお知らせします。

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)

お知らせ

皆さんの大好きな景観をお寄せください

上田市都市景観賞・

信州上田の景観100選写真を募集中!!

上田市都市景観賞－締切迫る－

地域の優れた景観づくりに貢献している建築物等の物件や地域活動団体を応募ください。自薦・他薦を問いません。

応募期限 8月28日(金)必着

対象 ①市内で新築・改築した建築物、工作物、広告物、生垣などで景観に優れたもの
②緑化推進など景観形成の向上を目的に活動している団体、グループ、個人

応募方法 下記窓口、又は市ホームページにある所定の応募用紙に必要事項を記入の上、直接下記窓口へ持参ください。

選考・表彰 上田市景観審議会で審査・選考し、11月に行われる「上田市都市景観賞表彰式」で建築主、設計者、施工者、団体代表などを表彰します。
受賞対象の推薦者(他薦のみ)には、抽選で記念品を贈呈します。

その他 「上田市都市景観賞表彰式」の終了後、引き続き「景観づくり講演会」を開催します。

窓口 都市計画課、丸子建設課、真田建設課、武石産業建設課



信州上田の景観100選－大好きな景観・伝えたい景観－

上田らしい景観を大切に守り、育むきっかけとなるよう、それぞれの地域の四季を通じた素晴らしい景観を写真でお寄せください。



応募期限 平成28年1月31日(日)まで
(郵送は、当日消印有効)

応募内容 市内の誰でも訪れてみる事ができる景観(応募者本人が撮影した、未発表の横版の写真に限る)

- ・山並みや河川、田園風景などの自然景観
- ・まちなみの景観・眺望景観
- ・市街地や交通施設などの都市景観
- ・古くからの歴史が感じられる景観
- ・祭礼、花や緑など、暮らしや文化が感じられる景観 など

応募資格 どなたでも、何点でも(ただし、応募用紙1枚につき1点)

応募方法 下記窓口、又は市ホームページ「景観・花と緑」にある所定の応募用紙に必要事項を記入し、景観を撮影した写真を貼付の上、郵送、メール、又は直接下記窓口へ持参ください(メールの場合は、写真データを添付)

選考 上田市景観審議会で選考後、平成28年度中に広報うえだ、市ホームページなどで公表。

詳細 応募用紙、市ホームページ、広報うえだ1月1日号をご覧ください。

窓口 都市計画課、丸子建設課、真田建設課、武石産業建設課

問 上 都市計画課 TEL23・5127

〒386-8601(住所不要)都市計画課宛 ✉tosikei@city.ueda.nagano.jp

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)

講座教室 第53回信州上田丸子夏期大学 「情報氾濫時代を生きる」

「情報氾濫時代を生きる」をテーマに、各分野を代表する専門家を招いて開催します。

日時/演題/講師

- ① 8月20日(木)15:00～16:30／「後悔しない治療のために～伝え上手な患者になる～」／
平松類氏(医学博士)
- ② 8月26日(木)15:00～16:30／「はやぶさの軌跡～21世紀を担う技術者の夢～」／
的川泰宣氏(宇宙航空開発機構JAXA名誉教授)
- ③ 8月30日(日)13:30～15:00／
「食で変えませんか 心と体を健康に
～子どもはかしこく、大人は長生きを～」／
大塚貢氏(教育アドバイザー、食育アドバイザー)
- ④ 9月3日(木)19:00～20:30／
「舞台裏から見た政治経済～日本再生のために何が必要か～」／
須田慎一郎氏(経済ジャーナリスト)
- ⑤ 9月11日(金)15:30～17:00／「戦後70年 日本の平和から地方創生へ」／
丸山貢一氏(信濃毎日新聞社論説主幹)



場 所 丸子文化会館(小ホール)

受講料 無料

申し込み 不要

問 信州上田丸子夏期大学運営委員会事務局(丸子公民館内) TEL42・3147

お知らせ 市内公共施設 お盆期間の営業日・営業時間

施 設		連絡先	8月8日(土)	9日(日)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	16日(日)
日帰り入浴施設	ささらの湯	TEL31・1126	10:00～21:00(受付20:20まで)※朝風呂も通常営業								
	あいそめの湯	TEL38・2100	10:00～22:00(受付21:20まで)		定休日		10:00～22:00(受付21:20まで)				
	文殊の湯	TEL44・2288	9:00～21:00(受付20:30まで)								
	うつくしの湯	TEL85・3900	10:00～21:30(受付21:00まで)								
日帰り入浴・プール施設	ふれあいさなだ館	TEL72・2500	10:00～20:00(受付19:00まで)								
	クアハウスかけゆ	TEL44・2131	10:00～21:00								
	アクアブラザ上田	TEL26・2626	通常営業 ※日帰り入浴(11:30～15:00)								
宿泊施設	鹿月荘	TEL44・2206	通常営業 ※日帰り入浴(10:00～20:00)								
	雲溪荘	TEL85・2263	9:00～17:00								
マレットゴルフ場	塩田の郷	TEL39・4455	8:30～17:30								
	天下山	TEL42・1134	8:30～17:00								
	武石森林公園	TEL85・2222	8:00～17:00								
その他の施設	栗栗溪谷緑の広場(武石観光センター)	TEL86・2003	9:30～17:45								
	マルチメディア情報センター	TEL39・1000	9:00～22:00		定休日		9:00～22:00				定休日
	技術研修センター	TEL39・1555	9:00～22:00		定休日		9:00～22:00				定休日
	上田創造館	TEL23・1111	9:00～22:00								

- ・ふれあいさなだ館(定休日/毎週火曜日)・クアハウスかけゆ(定休日/第2・4火曜日)は、8月11日(火)も通常営業します。
- ・うつくしの湯(定休日/毎週水曜日)は、8月12日(水)も通常営業します。
- ・武石森林公園マレットゴルフ場は、14日(金)を武石夏祭りのため無料開放します(別途保険料100円が必要)。



はかりの定期検査

2年に1回の受検が必要です

商品の売買や医療品の調剤などの取引行為、又は病院や学校での体重測定などの証明行為に使用する「はかり」は、計量法によりその正確性を確認するため検定証印・基準適合証印の付いた「特定計量器」を使用し、2年に1回、定期検査を受検することが義務付けられています。最寄りの会場で受検してください。なお、検査には手数料が必要です。

対象地区 ・上田地域／城下、川辺、泉田、神川(上堀自治会を除く)、神科、豊殿、富士山、東塩田、中塩田、西塩田、別所温泉、川西、山口自治会
・丸子・真田・武石地域／全域

実施日	検査時間	検査会場	実施日	検査時間	検査会場
8月17日(月)	9:30～11:30 13:30～15:30	上野が丘公民館 農村環境改善センター	8月24日(月)	9:30～12:00 13:00～15:00	川辺町会館 塩田公民館
8月18日(火)	9:30～11:30 13:00～15:00	相染閣あいそめの湯 川西公民館	8月25日(火)	9:30～12:00 13:30～15:30	武石地域自治センター 東塩田老人集会場
8月19日(水)	9:30～11:30 13:00～15:00	城南公民館 中村自治会館	8月26日(水)	9:30～12:00 13:00～15:00	真田中央公民館
8月20日(木)	9:30～12:00 13:00～15:00	丸子地域自治センター	8月27日(木)	9:30～11:30 13:30～15:30	市役所計量検査室
8月21日(金)	9:30～12:00 13:00～15:00		8月28日(金)	9:30～12:00 13:00～16:00	

はかりの種類

取引・証明用の「はかり」	家庭用の「はかり」
公的機関等による検定に合格したはかりに、下記のいずれかの証印が付される。	キッチンスケールやヘルスメーターなど、家庭内で目安として使用するもの。
①検定証印  年・月	②基準適合証印  年・月
	 ※左のマークの付いたはかりなどは、検査不要です。 ※取引・証明行為には使用できません。

問 商工課 TEL23・5395



Uターン・Iターン希望

上田市職員募集

県外の民間企業等で培った経験を生かし、上田市職員として力を発揮してみたい方など、即戦力として活躍できる方を募集します。

募集区分 一般行政事務、土木技術

募集人数 若干名

応募資格 昭和50年4月2日から昭和60年4月1日までに生まれ、平成27年8月1日時点で、民間等における職務経験が3年以上あり、かつ平成27年8月1日の1か月以上前から長野県外に在住し、採用後に上田市に定住できる方

採用予定日 平成28年4月1日

一次試験 11月29日(日)に教養試験、作文試験、職場適応性検査、性格検査を行います。

応募方法 11月16日(月)までに、受験申込書、履歴書、職務経歴書及び82円切手貼付の長型3号封筒(受験者の住所・宛名を記入)を総務課まで郵送(同日必着)、又は持参してください。

その他 詳細は募集要項をご覧ください。募集要項及び受験申込書類は、市役所本庁舎3階総務課に備えてあります。また、市ホームページからダウンロードできます。

問 総務課 TEL23・5332

お知らせ

ペットボトル水販売中 「真田の郷湧水」

四阿山のふもとの「つちや水源」から湧き出る天然水をボトル詰めした、口当たりがまろやかなナチュラルミネラルウォーターです。観光会館売店や市役所売店で販売しています。どうぞご賞味ください。

● 経営管理課 TEL 22・4100
(内線1535)



緑の募金へのご協力に感謝します

4月1日～5月29日に実施した緑の募金総額は54万8245円となりました。集められた募金は、緑化木の配布やみどりの少年団の活動などに役立てられます。ご協力いただいた皆さんに感謝します。

● 森林整備課 TEL 23・5124

妊婦歯科検診を受けましょう!



健康チャレンジ
ポイント対象

妊娠中は、つわりやホルモンの影響等で、口の中の状態が変化しやすく、むし歯や歯周病にかかりやすくなります。

お知らせ

また、むし歯菌や歯周病菌は、お母さんなどの大人の唾液を介して赤ちゃんにうつると言われています。妊娠中の皆さんは、お口の中を整えて赤ちゃんを迎える準備をしましょう。3月以前に妊娠の届出をされた方には、受診券を郵送しますので、問い合わせください。

● 対象 市内在住の妊婦(体調の安定している5～7か月頃の受診をお勧めします)

● 受診費用 600円

● 持ち物 妊婦歯科検診受診券、母子健康手帳、健康保険証

● 健康推進課 TEL 23・8244

ごみ減量化機器購入費補助金 申請受付を休止

ごみ減量化機器購入費補助金は、申請額が予算額に達しているため、申請受付を休止しています。受付を再開する際は改めてお知らせしますので、ご理解とご協力をお願いします。

● 廃棄物対策課
TEL 22・0666

信州上田七夕まつり 交通規制のお知らせ

信州上田七夕まつりの開催に伴い、交通規制を実施します。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

● 規制時間 8月6日(木)午前9時～8日(土)午後6時

● 場所 海野町商店街通り
上田七夕まつり実行委員会
(海野町商店街振興組合内)
TEL 22・9301
(上商工課)

8月は 道路ふれあい月間です

市では、皆さんが安全で快適に通行できるよう道路パトロールを実施していますが、管理する道路の状況を常に把握することは困難です。

道路上に、穴や土砂・落石などの障害物、倒れる危険性のある道路標識、水路・側溝の蓋の不具合などを見つけた時は、左記へ連絡をお願いします。

● 上管理課 TEL 23・5125
● 土木課 TEL 23・8242
● 建設課 TEL 42・1032
● 建設課 TEL 72・4331
● 産業建設課 TEL 85・2793
● 県道と国道18号以外の国道／上田建設事務所
TEL 25・7164
● 国道18号／長野国道事務所
TEL 22・2737

中小企業退職金共済制度 利用ください

中小企業で働く従業員のための外部積立型の国の退職金制度です。事業主が勤労者退職金共済機構と従業

員のための退職金共済契約を結び、月々の掛金を納付し、従業員が退職すると機構から退職金が支払われます。国や市からの掛金助成や税法上の優遇など有利な特典があります。安全・確実な、中退共制度または建退共制度(建設業を営む中小企業対象を、ぜひ利用ください。

● 中退共制度／(独)勤労者退職金共済機構中小企業退職金共済事業本部
TEL 03・6907・1234

● 建退共制度／(独)勤労者退職金共済機構建設業退職金共済事業本部
TEL 03・6731・2866
(上雇用促進室)

ワンストップ無料相談

税務・経営・創業相談のほか、就業規則、賃貸契約、商標など、さまざまな相談に専門家が応じます。

● 日時 9月4日(金)午後1時30分～

● 場所 上田商工会議所5階

● 専門家 税理士、司法書士、社労士、行政書士、中小企業診断士、弁理士、保証協会、日本政策金融

公庫、長野県中小企業センター、市役所商工課

● 申し込み 不要

● 上田商工会議所
TEL 22・4500
(上商工課)

上田市役所 TEL.22・4100(代) FAX.25・4100(代)
真田地域自治センター TEL.72・2200(代) FAX.72・4140(代)

丸子地域自治センター TEL.42・3100(代) FAX.43・3666(代)
武石地域自治センター TEL.85・2311(代) FAX.85・2313(代)

行政書士による 無料相談会

長野県行政書士会上田支部による
無料相談会を実施します。

●日時 8月29日(土)午前9時～正午
●場所 中央公民館
●内容 相続、遺言、契約、農地転
用、各種営業許可、自動車名義変
更、外国人の在留手続き、成年後
見などの行政手続(申込不要)

長野県行政書士会上田支部
TEL 25・8720

(上)生活環境課

催し

「秋の森へ出かけよう！」 第2弾

秋の森で自然を感じるイベントを
菅平高原及び周辺で開催します。

●日時 9月12日(土)午前9時～午後
3時30分
●集合場所 市役所正面玄関前
●内容 お昼作り、森遊び
●対象 年中～小学6年生と保護者
●定員 先着40名
●参加費 大人1800円、子ども
1500円

●持ち物 雨具(かっぱ)、飲み物、
マイ食器(プラスチック製などの
割れにくいお椀・皿・箸・カップ)、
軍手、帽子、タオル
●服装 汚れてもよい長袖・長ズボ

ン、靴
●申し込み 8月10日(月)～31日(月)
に、電話(休日不可)、又はFAX
で左記へ。

うえだ環境市民会議

(上)生活環境課内
TEL 23・5120
FAX 22・4127

第3回たけし魅力発見 ウォーキング



健康チャレンジ
ポイント対象

武石地域の田園風景を楽しみなが
ら、1時間程度歩きます(雨天時は
公民館での軽運動)。

●日時 9月5日(土)午前9時30分～
11時(受付9時15分)
●集合場所 武石公民館
●対象 どなたでも(参加費無料)
●定員 30名
●持ち物 帽子、飲み物、タオル、
その他ウォーキングに必要なもの
●申し込み 9月4日(金)までに、電
話で左記へ。

武石公民館 TEL 85・2030

健康ときめきウォーキング 「街中歴史探索」



健康チャレンジ
ポイント対象

上田城跡公園や柳町周辺を、ガイ
ドから歴史のお話を聞きながら歩き
ます(雨天時は上田城跡公園体育館
での軽運動)。

●日時 9月5日(土)午前9時30分～
正午(受付9時15分)

●集合場所 上田城やぐら下駐車場
●対象 どなたでも(参加費無料)
●定員 20名程度
●持ち物 帽子、飲み物、タオル、
その他ウォーキングに必要なもの
(雨天時は室内運動靴)

●申し込み 9月4日(金)午後5時ま
でに、電話で左記へ。

WPOクラブUSC

TEL 26・5320

(上)健康推進課

信州上田地域 夏季就職面接会

●日時 8月21日(金)午後1時～4時
●場所 上田東急REIホテル(旧
上田東急イン)
●対象 平成28年3月に大学、短大、
専修、高専、能力開発校などを卒
業(予定)、又は各学校卒業後3年
以内の方

◇学卒者就職支援セミナー「内定に
近づくための動き方・魅せ方」
面接会に併せて開催します。

●時間 正午～午後0時50分
●定員 30名(参加費無料)
●申し込み 8月20日(木)までに、電
話で左記へ。

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

乳房手術経験者の会 「やすらぎの会」

手芸を楽しみながら日頃の悩みや
気持ちをお話してみませんか。

●日時 9月8日(火)午前10時～正午
●場所 ひとまちげんき・健康プラ
ザうえだ

●内容 簡単に作れるおしゃれな
ネックレス

●対象 乳房手術経験者
●参加費 100円(別途材料費)

●申し込み 8月24日(月)までに、電
話で左記へ。

健康推進課 TEL 28・7124

講座・教室

精神障がい者家族教室

●日時 8月27日(木)午後1時30分～
3時30分
●場所 ひとまちげんき・健康プラ
ザうえだ

●内容 精神障がい者を支える家族
同士の懇話会

●コーディネーター 萩原直樹氏
(千曲荘病院臨床心理士)

●参加費 無料(申込不要)
地域活動支援センターやすらぎ

TEL 25・2000
(上)健康推進課

情報ア・ラ・カルト

お母さんのための
センスアップ講座

袋物の手作りアイデアや簡単テクニックを学びます。入園グッズを手作りする方におすすめです。

●日時 9月10日(木)午前10時30分～正午(受付10時～)

●場所 西部公民館

●内容 手作りリネンきんちゃくをステンシル・レース・ビーズなどで飾ります。

●講師 かたおかあつこ 片岡敦子氏(布作家)

●対象 未就学児(主に1～3歳児)を持つ母親(子ども同伴可)

●定員 先着20名

●受講料 1000円(別途材料費800円)

●持ち物 使い慣れた裁縫道具があれば持参ください。

●申し込み 8月19日(水)～9月3日(木)に、電話、又は直接左記窓口へ。

西部公民館 TEL 27・7544



地域福祉講座

医療・介護制度改革と地域の支え合いへの学びを深め、近隣地域での取組事例をお聞きし、私たちの地域福祉の向上を目指します。

●日時 9月1日(火)午後7時～8時30分

●場所 西部公民館

●シンポジウム 「地域のことは、みんなで考え、みんなで動く」

●コーディネーター たけしげとしかみ 竹重俊文氏(地域ケア総合研究所所長)、講義

「地域包括ケアシステムについて」

●パネリスト(事例発表) よしだしゅうへい 井益雄氏(NPO新田の風理事長)、よしだしゅうへい 吉田周平氏(NPOおもしろ乙女平理理事長)

●対象 どなたでも(受講料無料)

●申し込み 8月28日(金)までに、電話、又は直接左記窓口へ(資料・会場準備のためご協力ください。当日参加も可)。

西部公民館 TEL 27・7544

「夫婦の信頼関係を
育むヒント」講座

夫婦がお互いに尊重し、家族一人ひとりを大切にするためのヒントを、「コーチング」を通して、実践的に学びます。託児付きです。

●日時 8月30日(日)、9月13日(日)の午前10時～11時30分

●場所 中央公民館

●講師 なかじま まき 中島真紀氏(コーチングアカデミーインストラクター)

●定員 先着16名(夫婦での参加を優先)

●受講料 1回1000円

●申し込み 8月10日(月)午前9時以降、電話で左記へ。

中央公民館 TEL 22・0760

ベビーサイン講座

赤ちゃんの手話やジェスチャーでコミュニケーションをとります。

●日時 8月24日、9月28日、10月26日、11月30日の月曜日、午前10時30分～11時30分

●場所 中央公民館

●対象 6か月～1歳6か月児と保護者

●定員 先着16組

●受講料 400円(初日に徴収)

●申し込み 8月12日(水)午前9時以降、電話で左記へ。

中央公民館 TEL 22・0760

点訳ボランティア
養成講座

初めて点字を学ぶ方、又は初級の方の参加をお待ちしています。

●日時 9月2日～11月11日の毎週水曜日、午後1時30分～3時30分(全10回)

●場所 上田点字図書館

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)

●対象 原則として毎回出席でき、将来ボランティアとして活動したい方(パソコンをお持ちの方)。

●定員 先着10名

●受講料 無料(別途テキスト代1080円、ボランティア活動保険料300円)

●持ち物 USBメモリ

●申し込み 8月5日(水)～24日(月)に、電話で左記へ。

問 上田点字図書館

TEL 22・1975

警備業務講習 受講者募集

基礎的な知識と技能を習得し、より有利な条件で就業につなげていくことを目的としています。講習最終日には合同面接会(就職相談会)を開催します(受講料無料)。

●期間 9月4日(金)～17日(木)のうち8日間

●時間 午前10時～午後4時

●場所 上田創造館、中央公民館

●講師 長野県警備業協会

●対象 55歳以上で就職を希望し、ハローワークで求職登録をした、全日程を受講できる方

●定員 20名(応募多数時は選定)

●申し込み 8月20日(木)までに、ハローワーク上田、又は左記窓口へ。

問 上田地域シルバー人材センター

TEL 23・6002

(上高齢者介護課)

認知症予防 脳活性化ゲーム体験

●日時 9月9日、10月7日、11月4日の水曜日、午前10時～正午

●場所 市民プラザ・ゆう

●内容 相馬留美氏(認知症予防脳活性化ケアゲームリーダー)

●対象 市内在住・在勤の方

●定員 各先着20名(複数回参加可)

●参加費 1回300円

●持ち物 汗拭きタオル、飲み物、動きやすい服装

●申し込み 8月11日(火)以降、参加費を添えて左記窓口へ(電話での仮予約可)。

問 市民プラザ・ゆう

TEL 27・2988

募集

上田市公の施設 指定管理者を募集

平成28年度からの指定管理者を募集します。

●募集施設 上田市塩田の郷マレットゴルフ場

●応募資格 個人以外の企業・団体などで指定管理期間中、安定して施設経営を行なえる方

●申し込み 担当課へ問い合わせの上、所定の申請書に必要書類を添付して直接持参、又は郵送。

●詳細 募集要項・仕様書(担当課)

講座・教室／募集

窓口、又は市ホームページにありをご覧ください。

●担当課 スポーツ推進課

(TEL 23・6372)

問 行政改革推進室

TEL 23・5163

臨床心理士 (臨床発達心理士)募集

●勤務内容 発達支援・相談対応

●募集人数 若干名

●応募資格 昭和55年以降に生まれ、臨床心理士の資格を有し、乳幼児を含めた子どもへの支援を希望する方。かつ上田地域に居住する(予定を含む)方。

●任用期間 10月1日～平成28年3月31日(任期更新あり)

●勤務場所 発達相談センター(ひとまげんき・健康プラザうえだ)

●勤務条件 週5日、午前9時～午後4時(6時間)

●賃金 上田市非常勤職員設置要綱により支給

●応募方法 事前に電話連絡の上、8月31日(月)までに、履歴書、資格を証明するもの、82円切手を貼付した長型3号封筒(応募者の宛名を記入)を、直接左記窓口へ(郵送不可)。

●選考方法 書類選考・面接により決定します。

問 発達相談センター

TEL 24・7801

市内の県指定文化財を紹介するコーナーです。

江戸幕府が作らせた大きな地図

「正保の信濃国絵図」

この絵図は、江戸幕府が全国の大名等に命じて作らせた国ごとの地図の一枚で、信濃国（現在の長野県とほぼ同じ区域）を表しています。現代のものほど正確ではありませんが、



せんが、山や道路、川が色分けして描かれ、当時の村名などが詳しく描かれています。この絵図は上田藩仙石家のほか、松代藩（真田家）、松本藩などの大名や幕府の代官が分担して作成し、正保4（1647）年に幕府に提出したものです。現在、市立博物館に所蔵されているこの一枚は、当時上田藩主だった仙石家に伝わったもので、藩で保管していた写しか、下絵図だと考えられています。幕府に提出した正本は現存していませんので、とても貴重なものです。

江戸幕府は三度にわたって、こうした国絵図を作りました。この絵図はそのなかでも一番古く、大きさは縦8・5m、横4・6mととても大きなものです。絵図には、江戸時代の街道沿いに一里（約4km）ごとに設けられた「一里塚」が記載され、距離が分かりやすいように工夫されて、縮尺は全国統一で2万1600分の1（1里を6寸とする）で描かれています。二度目の元禄14（1701）年、三度目の天保9（1838）年に作られたものは、この正保の絵図よりも小さくなりますが、より新しい情報を盛り込み、より見やすいものへと変化していきます。

正保4年には、幕府は各藩にお城の絵図も提出させました。こうした城絵図は江戸城で保管されていました。現在、国立公文書館に収蔵されています。当時提出された全てのものは残っていないようですが、上田藩が幕府に提出した「信州上田城絵図」はその正本が現在まで伝えられています。

健康幸せづくりプロジェクト ～あなたの健康を応援します!～ ③

見直そう! 子どもの生活リズム

子どもの生活リズムを整えることは、体の成長を促し、心の安定や集中力につながります。特に、早寝早起きは小さい頃から習慣化することで、体のリズムとして身につけていきます。

☆早寝早起きしていますか?

～乳幼児健診を受けた保護者へのアンケート結果より～

- ・朝7時前に起きる子は→52.6%
- ・夜9時前に寝る子は→27%

皆さんのご家庭はいかがでしょう?

早寝早起きを大切にしたい理由

①早起きをすると1日の活動がスムーズに

朝の太陽光を浴びると、脳が朝だと認識し体温が上昇します。

食欲がわき、元気に活動することができます。

②早寝をすると、成長ホルモンの分泌が良い

就寝2時間後、午後10時～午前2時にたくさん分泌されます。

脳細胞が増え、筋肉や骨を育てるなど、良い作用があります。



『真田コンシエルジュ』を養成し、 おもてなしの街づくりへ

はたなかとしや
畠中俊哉さん

商店街振興組合うえだ原町一番街商店会では、平成21年から歴史文化を見据えて街や地域の活性化を図り、「真田幸村コンテスト」やゆるキャライベント「真田幸丸フェスティバル」などを企画開催し、観光客や歴史ファンに足を運んでもらえるよう取り組んでいます。

同商店会では、昨年5月のNHK大河ドラマ「真田丸」の放送決定を受け、上田地域を訪れる観光客の増加を見込み、市民一人ひとりがおもてなしの心を持つて観光客を案内できるようにと、理事長の畠中さんを中心に「真田コンシエルジュ養成事業」として講座を始めました。毎回、歴史家などの講師を招き、真田氏やその家臣などの功績や逸話などの講義を受け、受講者には真田コンシエルジュ認定証と認定バッジを贈呈しています。

昨年11月の第1回講座では約70名を認定し、うち15名が今年4月の

「第33回上田真田まつり」で観光案内などに携わりました。

6月20日の第2回目の講座では、大河ドラマ「真田丸」の時代考証を担当する平山優氏を講師に迎えて開催し、新たに約30名を認定しました。8月5日の第3回目は、小学生親子を対象に紙芝居劇場を交えた内容とし、未来のコンシエルジュへと裾野を広げていきます。

また、歴史問答集「真田問答（初級・中級・上級編）」を作成して受講者に配布し、真田氏や上田地域の歴史や文化の知識をさらに深め、家族や友人などで話題にして広めてもらいたいと考えています。

畠中さんは「歴史に詳しくなくてもおもてなしの気持ちがあれば大丈夫。気軽に参加して欲しい」と呼びかけ、「おもてなしの心は、日常的にも大事なことです。地域の魅力を伝えられるコンシエルジュを育てたい」「おもてなしを通じて、観光客などを商店街に呼び込み活性化につなげたい」と思いを語りました。



〈事業の紹介〉

商店街振興組合うえだ原町一番街商店会では、平成26年度にわがまち魅力アップ応援事業の採択を受け、多くの方が上田をアピールできる知識を身につけられるようにと、「真田コンシエルジュ養成事業～『真田丸』街ちゅうでおもてなし～」に取り組んでいます。今後も講座を開講してコンシエルジュを養成し、活躍の場を設ける予定です。



わがまち魅力アップ応援事業を紹介するコーナーです。



アクアプラザ上田各種教室

①ベビースイミング(全12回)

コース	対象 (9月1日現在)	期 日	時 間
0歳児	6か月～ 1歳未満児と保護者	9月1日～ 12月15日の火曜日	12:00 ～12:30
1歳児	1歳児と保護者		
2歳児	2歳児と保護者	9月11日～ 12月11日の金曜日	11:00 ～11:50
3歳児	3歳児と保護者		

定 員 各先着25組 **参加費** 各4,000円

②ベビーママヨガ(全10回)

日 時 9月11日～11月27日の金曜日10:00～10:50

対 象 6か月～3歳未満児と保護者(9月1日現在)

定 員 先着15組 **参加費** 3,400円

③ハッピーヨガ教室(全10回)

日 時 9月9日～12月2日の水曜日15:30～16:30

定 員 先着15名 **参加費** 3,500円

④パワーヨガ教室(各全12回)

コース	期 日	時 間
A	9月7日～12月21日の月曜日	19:00～20:00
B	9月1日～12月15日の火曜日	15:00～16:00

定 員 各先着15名 **参加費** 各4,100円

⑤ハワイアンヨガ教室

コース	期 日	時 間
A (12回)	9月11日～12月11日の 金曜日	19:00～20:00
B (10回)	9月12日～12月5日の 土曜日	19:00～20:00

定 員 各先着15名

参加費 A／4,100円、B／3,500円

⑥燃やせ体脂肪！ボディシェイプ教室(全12回)

日 時 9月11日～12月11日の金曜日13:00～13:50

定 員 先着15名 **参加費** 4,100円

⑦らくらくエアロビクス教室(全12回)

日 時 9月7日～12月21日の月曜日、11:00～11:50

定 員 先着10名 **参加費** 4,100円

⑧水中バラエティダイエット教室(全12回)

日 時 9月9日～12月16日の水曜日、19:00～19:50

定 員 先着20名 **参加費** 4,100円

⑨大人の水慣れ教室(全8回)

日 時 9月3日～12月17日の第1・3・5木曜日

12:00～12:50

定 員 先着10名 **参加費** 2,900円

⑩キッズ水泳教室

教室名	対象	期 日	時間	定員
年少教室 (全5回)	年少児	9月9日～12月9日の 第2・4水曜日	16:00 ～16:50	15名
年中・年長 教室 (全8回)	A 年中・ 年長児	9月2日～12月16日の 第1・3・5水曜日		各25名
	B 年長児	9月3日～12月17日の 第1・3・5木曜日		

参加費 年少／2,000円、年中・年長／2,900円

⑪ジュニア水泳教室(8回コース)

教室	期 日	時 間
A	9月2日～12月16日の 第1・3・5水曜日	17:00～17:50
B	9月3日～12月17日の 第1・3・5木曜日	

対 象 小学生

定 員 各先着35名 **参加費** 2,900円

◇共通事項

申込方法

教室	受付開始日	備 考
①～⑤	8月11日(火)	参加費・印鑑を持参の上、直接下記窓口へ(8月27日(木)、9月10日(木)は休館日)。 参加費の他に別途入館料が必要。 全教室、祝日は休み。
⑥～⑪	8月10日(月)	

問 アクアプラザ上田 TEL26・2626

スポーツひろば

第64回上田市民総合体育大会参加者募集

【剣道・居合道競技】

- 日 時** 10月4日(日)8:00～17:00(受付7:30～)
- 場 所** 上田城跡公園体育館
- 内 容** 剣道個人戦・団体戦、居合道の試合を行います。
- 対 象** 市内又は上田市近郊の小中学生で大会長が認めた者。市内在住・市内在勤の成人。

- 参加費** 500円
- 申し込み** 9月11日(金)までに、電話で下記へ。

問 上田剣道連盟事務局 TEL22・1349
(☎スポーツ推進課)

【バドミントン競技(一般の部)】

- 日 時** 8月30日(日)8:30～19:00(受付8:30～)
- 場 所** 自然運動公園体育館
- 内 容** 団体戦(男・女・混合ダブルス)、個人戦(1部:男・女・ダブルス、2部:男・女・ダブルス)
- 対 象** 市内在住・在勤の成人。協会登録クラブ員

- 参加費** 団体戦／4,000円、個人戦／2,000円
- 申し込み** 8月20日(木)までに、電話で下記へ。

問 金井(Tel27・4320) 西澤(Tel23・1369)
(☎スポーツ推進課)

【バドミントン競技(高校・大学生の部)】

- 日 時** 9月13日(日)8:30～19:00(受付8:30～)
- 場 所** 上田城跡公園第一・第二体育館
- 内 容** 男・女ダブルス、男・女シングルスA、男・女シングルスB

- 対 象** 市内の高校生、大学生
- 参加費** 1人1種目500円
- 申し込み** 8月31日(月)までに、電話で下記へ。

問 上田東高等学校(保科) TEL22・0101
(☎スポーツ推進課)

【ゴルフの部】

- 日 時** 10月2日(金)※雨天決行
- 場 所** 上田丸子グランヴィリオゴルフ倶楽部
- 内 容** 一般の部、シニアの部、グランドシニア・レディースの部
- 対 象** 市内在住・在勤の方

- 定 員** 先着100名
- 参加費** 2,000円(別途プレー代。当日支払)
- 申し込み** 所定の申込用紙に必要事項を記入の上、8月20日(木)～9月14日(月)に、下記、又は丸子総合体育館、真田・武石地域教育事務所へ。できるだけ4人1組で申し込みください。

問 ☎スポーツ推進課 TEL23・6372

チャレンジソフトテニス塾2015in真田

- 日 時** 9月23日(水・祝)午前の部／9:00～11:30(受付8:20～8:40)、午後の部／13:20～15:50(受付12:40～13:00)

場 所 真田運動公園テニスコート
(雨天時は真田体育館)

講 師 バク サンファン
朴相俊氏(元韓国ジュニアナショナルチーム代表選手)

- 対 象** 小中学生
- 定 員** 午前・午後各先着60名
- 参加費** 500円

- 持ち物** ラケット、飲み物、体育館シューズ(雨天時)
- 申し込み** 8月10日(月)14:00～9月5日(土)に、電話又はFAXで下記へ(火曜日を除く平日14:00～20:00。土・日・祝日は18:00まで)。

問 ☎さなだスポーツクラブ TEL72・2657 FAX72・2673
(☎教育事務所)

社交ダンス教室初級コース(後期)

- 日 時** 9月2日～12月2日の毎週水曜日
19:00～21:00(全11回)

場 所 上田城跡公園第二体育館

対 象 市内在住・在勤の成人

- 受講料** 3,000円(保険代含む)
- 申し込み** 8月28日(金)までに、電話で下記へ。

問 上田市スポーツダンス協会事務局(五味) TEL27・8574
(☎スポーツ推進課)

※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。

マルチメディア情報センター TEL39・1000

※水曜日休館

2015夏休みイベント

◇ペーパークラフト 木で作るカブトムシ

日時 8月14日(金)
～16日(日)
10:00～16:00



◇サイエンスカフェ スマホ顕微鏡で観察しよう

スマートフォンに付けられる顕微鏡を使って身近な生物やものを観察します。

日時 8月15日(土)13:30～
ながやまくにあき
講師 永山國昭氏 (Life is small Project代表)
参加費 300円(ワンドリンク付き)
持ち物 スマートフォン(タブレット貸出有り)

◇工作教室 UVレジンで 作るLEDアクセサリ

紫外線で固まる樹脂と、LEDを使って光るアクセサリを作ります。

日時 8月15日(土)
10:00～



参加費 300円

◇工作教室 ひんやりミニクーラーをつくろう

保冷剤とモーターを使ってミニクーラーを作ります。

日時 8月16日(日)13:30～
参加費 300円

◇共通事項

対象 小学4年生～中学生
(小学3年生以下は保護者同伴で参加可)
定員 各20名(要事前電話予約。定員に達しない場合当日まで受付可)

親子3Dプリンタ体験会

作品をデザインし、3Dプリンタで出力します。

期間 8月1日(土)～13日(木)※休館日を除く
対象 小中学生と保護者のペア
定員 1日2組(午前・午後各1組)

デジカメ写真で作品づくり

写真に修正・加工等を行い、動画を作成します。

日時 8月24日(月)13:30～16:00
対象 パソコン経験者
参加費 1,500円
定員 先着20名(最少催行人数5名)
持ち物 作品に使用する写真のデータ(USBメモリ)
申し込み 8月3日(月)～23日(日)に、電話で。

Photoshop(画像処理ソフト)超入門

[PhotoshopCC2015使用]

画像の色合いや明るさの補正、不要なものの消し方、大きさの変更、トーンカーブなどの基本を学びます。

日時 9月3日(木)13:30～16:00
対象 パソコン経験者、Photoshop初心者
受講料 1,500円
定員 先着20名(最少催行人数5名)
申し込み 8月13日(木)～9月1日(火)に、電話で。

初歩から学べるPhotoshop講座(4回コース)

[PhotoshopCC2015使用]

ソフトの概略、デジタル画像の基本知識、画像の加工、色調補正など、サンプル画像を使いながら学びます。

日時 9月10日・17日・10月1日・8日の木曜日
13:30～16:00
たけうちひろし
講師 竹内浩司氏(webデザイナー)
対象 パソコン経験者、Photoshop初心者
定員 先着20名(最少催行人数5名)
受講料 4,000円(別途テキスト代2,462円)
申し込み 8月20日(木)～9月8日(火)に、電話で。

Excel初心者講座2日間コース[Excel2013使用]

日時 9月7日(月)・14日(月)9:30～12:00
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 8月17日(月)～9月6日(日)に、電話で。

ドローンとの正しい付き合い方 ～最新情報と安全運用を考える～

ドローン(マルチコプター)の危険性と有用性について第一線で研究を続けてきた講師からお聞きます。

日時 9月19日(土)13:30～16:00
すずきとし
講師 鈴木智氏(信州大学繊維学部准教授)
内容 講演/ドローンの最新情報と安全運用を考える
実演/ドローン飛行実演(約30分・荒天時中止)
定員 200名(応募多数時は抽選)



鈴木智氏

上田図書館

TEL22・0880

※月曜日休館

上田図書館・上田図書館創造館分室 「おはなしと本の会」

「おはなしざしきわらしの会」の皆さんによる、おはなしや手遊びです。

◇上田図書館

日 時 8月8日(土)10:30～

◇上田図書館創造館分室(上田創造館3階)

期 日 8月22日(土)

対象/時間 未就園児/10:30～、園児・児童/11:00～

上田情報ライブラリー

TEL29・0210

※火曜日休館

図書館員と図書館員のたまごたちによるおはなし会

図書館の職員と上田女子短期大学の学生たちによるおはなし会です。図書館のカードを持ってご参加ください。

日 時 8月16日(日)11:00～11:30

大人の社会見学 図書館バスツアー

市内の公共図書館と軽井沢方面の図書館をバスでめぐります。図書館の楽しみ方や見どころを見つけよう！

日 時 ①9月5日(土)8:20～17:00

②9月6日(日)8:50～17:00

コース ①軽井沢コース/軽井沢町立図書館、御代田町立図書館、東御市立図書館
②千曲川左岸コース/上田図書館、武石公民館図書室、丸子図書館、創造館分室、城南公民館

集合場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ正面玄関

定 員 各先着30名

参加費 各100円(保険料)

申し込み 8月7日(金)～31日(月)に電話、又は直接窓口へ。

サロントーク in 真田丸の世界

講師のお話を伺い、自由に意見交換して交流を図ります。

日 時 9月5日(土)18:30～20:00

内 容 「千客万来の街づくり～秘すれば花と場所遊び～」
講 師 おかたもとゆき (AREC専務理事、信州大学繊維学部特任教授工学博士、地域活性化伝道師[内閣官房地域活性化統合事務局])

定 員 先着40名

参加費 500円(コーヒー付き)

申し込み 8月6日(木)以降、電話で。

パソコン教室◆ネット&カフェ inライブラリー

ワード・エクセル・インターネットの基礎を学びます。ノートパソコン持ち込みも可能です。

日 時 毎月第4月曜日(11月は30日、12月は21日)
13:30～15:45

定 員 20名

参加費 1,000円/回
(お茶代を含む。別途教材費1,000円[初回のみ])

申し込み 各月の1日以降に、電話で。

真田図書館

TEL72・8080

※月曜日休館

夏休みおはなし会

日 時 8月5日・12日・19日の水曜日、14:00～

内 容 図書館職員による手遊びや絵本の読み聞かせなど

おはなし広場

日 時 8月15日(土)10:30～

内 容 ヒロ・タッキーさんによる腹話術ショー

第4回真田塾

日 時 8月29日(土)14:00～

演 題 真田幸隆公と長谷寺

講 師 みやしたひろかず 宮下博一氏(長谷寺住職)

申し込み 8月7日(金)以降、電話で。

ふれあいさなだ館

TEL72・2500

温泉パワーで心もからだもリフレッシュ教室

温泉の効能を利用し、「健幸都市」を目指します。
みんなで、歩いて踊って、一緒に楽しみましょう。

日 時 9月13日(日)10:00～12:00

内 容 温泉を利用した健康づくりの話、水中運動体験
講 師 みやもとめぐみ 宮本恵美氏

(全米アクアエクササイズ認定指導者)

対 象 20～70歳の市民

定 員 先着20名

参加費 500円(施設利用料)

持ち物 水着(有料で貸出可)
スイミングキャップ、飲み物

申し込み 8月17日(月)～9月1日(火)に、電話で下記へ。

問 真田保健センター TEL72・9007



※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。

信州国際音楽村

TEL42・3436

KODAMAサロン

～フレッチェッテ・夏祭り特別編～

楽しい音楽と、270度に広がるパノラマに囲まれた開放的なロケーションの中での「夏祭り」的なイベントです。

期 日 8月22日(土)

内容/時間 コンサート／
15:00～16:00頃
夏祭り／
16:30～
フレッチェッテ
Freccette

出 演

曲 目 麦の唄(「マッサン」主題歌)、オペラ「愛の妙薬」より

料 金 1,500円



音楽の絵本アミーゴ

親子向けコンサートです。さまざまな動物たちが賑やかなラテンのリズムでコンサートをお届けします(小雨決行)。

日 時 8月29日(土)11:00～(開場10:30～)

出 演 ズーラシアンプラス、サキソフォックス
弦うさぎ、ことふえパピヨン

曲 目 ラ・バンバ、ビタースイートサンバ
ラテンDEジブリ ほか

料 金 前売り2,000円(中学生以下1,000円)
当日2,500円(中学生以下1,500円)

※3歳未満児と身体障害者手帳をお持ちの方は無料。



信州国際音楽村女子会

歌って楽しく交流する女性向けのイベントです。

日 時 8月22日(土)11:00～14:30

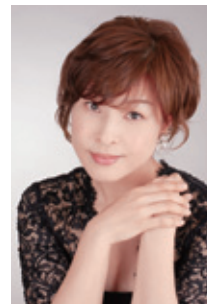
ナビゲーター 鵜木絵里(オペラ歌手、二期会会員)
多田聡子(ピアニスト)

定 員 30名

料 金 3,000円



鵜木絵里氏



多田聡子氏

第6回公演 信州国際音楽村5月オペラ2016 オペラ「ラ・ボエーム」(G.プッチーニ作曲)合唱隊募集

募集内容 劇中に舞台へ登場する合唱隊

(大人30名程度・子ども10名程度)

合唱指導 岡本泰寛(テノール、二期会会員、小諸高等学校音楽科講師)ほか(予定)

募集内容 年齢・経歴不問

参加費 25,000円(テキスト代・練習用CD代込。説明会[10月19日(月)19:00～]で集金)

募集締切 8月31日(月)(当日消印有効)

練習日程 問い合わせください。

おはなし会「おはなし縁日」2015

縁日の雰囲気の中、絵本の読みきかせ・パネルシアター等でお話の世界を、夕涼みをしながら楽しめます。

日 時 8月10日(月)

第一部17:00～17:45(未就学児と保護者)

第二部18:00～18:45(小学生以上と保護者)

問 森の子文庫童夢(加々井) TEL22・4738

真田氏関連施設の開館日

市立博物館・上田城櫓 TEL22・1274

池波正太郎真田太平記館 TEL28・7100

真田氏歴史館 TEL72・4344

市立博物館、上田城櫓、池波正太郎真田太平記館は11月30日(月)まで、真田氏歴史館は8月31日(月)まで、無休で開館します。ぜひお越しください

サントミュージゼ

交流文化芸術センター TEL27・2000
市立美術館 TEL27・2300

※火曜日休館

子どもアトリエ開放日

子どもアトリエで自由にあそぼう。身近な材料や道具でつくったり描いたりしてみよう。

日時 8月6日・13日・20日・27日の木曜日10:00～12:00
の好きな時間

対象 小学生以下(未就学児は要保護者同伴)



えのぐであそぼう

思いっきりえのぐであそぼう。大きなお絵かきボードや紙に描くよ。

日時 8月16日(日)・23日(日)10:00～11:00

対象 小学生以下の子どもとその保護者

持ち物 汚れてもよい服装、飲み物

定員 先着30名

申し込み 不要(当日9:45から子どもアトリエ前で受付)



8月22日・23日公演「真田風雲録」 演劇参加者を募集&チケット情報

真田十勇士の大坂の陣での活躍を描いた傑作青春群像劇として伝説化された「真田風雲録」！一緒に舞台をつくる参加者を募集します。

◇参加者ワークショップ

日時 8月8日(土)13:00～

場所 大スタジオ

対象 下記の稽古に参加できる16～55歳の健康な男性(高校生は要保護者同意。出演料・交通費等の支払なし)

稽古日程 8月15日(土)・16日(日)15:00～19:30
8月17日(月)・19日(水)・20日(木)19:00～21:30
8月21日(金)夜予定(ゲネプロ日)
8月22日(土)・23日(日)時間未定(本番日)

応募方法 電話で問い合わせの上、直接窓口へ。

◇公演・チケット情報

日時 8月22日(土)・23日(日)14:00～(開場13:15)

作者 福田善之

※場所の記載がないイベントは、文頭の各施設で実施します。

演出 ないとうひろのり
内藤裕敬(南河内万歳一座座長)

料金 3,000円(25歳以下1,500円。全席指定、3歳以下入場不可)

プレイガイド サントミュージゼ(窓口、インターネット)
平安堂(上田店、上田しおだ野店)
チケットぴあ、ローソン、イープラス

セレスホール(丸子文化会館)

TEL42・0001

男女共同参画推進事業映画会「風に立つライオン」

実在の医師をモデルとした、同名のさだまさしの楽曲をもとに映画化された話題作(主演：大沢たかお)。

日時 9月18日(金)19:00～(開場18:00)

料金 500円(小中学生300円。全席自由)

チケット販売 8月3日(月)以降、下記及び丸子文化会館、市民プラザ・ゆう窓口で。

その他 車イスでお越しの際、当日スタッフに気軽にお声掛けください。

問 市民サービス課 TEL42・1052

ルパン ジャズライブ

ジャズピアニストの「大野雄二」率いる「ルパンティック・ファイブ」が繰り広げるジャズライブです。

日時 11月3日(火・祝)17:00～(開場16:30)

料金 4,000円(全席指定)

チケット販売 8月22日(土)10:00以降、丸子文化会館、市内プレイガイド(あさかわ、わかまつ、佐藤新聞店、信州国際音楽村、平安堂(上田店、上田しおだ野店)で。





コンサート・チケット情報

イベント

群馬交響楽団名曲コンサート

日時 8月6日(木)19:00～(開場18:15) **場所** 大ホール
料金 S席5,000円、A席4,000円、B席3,000円(25歳以下割引有。販売中)

ワンコインマチネVol.3 クアルテット・ソレイユ(弦楽四重奏)

日時 9月4日(金)11:30～12:30(開場11:00) **場所** 小ホール
料金 500円(全席指定)※未就学児入場不可
チケット販売 8月5日(水)10:00～



(c)Hideo Kishimoto

大森潤子ヴァイオリンリサイタル

柔らかく優しい響きに、心温まる時間をお楽しみください。

日時 10月7日(水)19:00～
場所 小ホール
料金 2,000円(全席指定)
チケット販売 8月8日(土)10:00～販売
 ※未就学児入場不可



仙台フィルハーモニー管弦楽団

日時 10月25日(日)15:00～(開場14:15)
場所 大ホール
曲目 バーンスタイン/「キャンディード」序曲
 ガーシュウィン/ピアノ協奏曲へ調
 バーンスタイン/「オン・ザ・タウン」より
 3つのダンスエピソード
 ガーシュウィン/交響的絵画「ボーギーとベス」
出演 パスカル・ヴェロ(指揮)、横山幸雄(ピアノ)
料金 S席5,000円、A席4,000円、B席3,000円
チケット販売 8月22日(土)10:00～



(c)Masafumi Nakayama



OSK日本歌劇団 紅に燃ゆる～真田幸村 紅蓮の奏乱～

日時 11月14日(土)・15日(日)11:00～、15:00～(1日2回公演)
場所 小ホール
料金 一般5,000円、25歳以下2,500円(全席指定)
チケット販売 8月30日(日)10:00～

表紙説明

信州国際音楽村ラベンダー祭り2015

6月20日(土)～7月20日(月・祝)、初夏を彩る恒例のラベンダー祭りが信州国際音楽村ラベンダー畑周辺で開催されました。

訪れた皆さんは、辺り一面に咲き誇る約5,000株のラベンダーの香りの中で深呼吸したり、リボンと一緒に編みこむポプリ「ラベンダースティック」の製作を楽しみながら、音楽村から浅間山を望むロケーションも堪能していました。





カンガルーニュースは
市ホームページでも
ご覧いただけます

第10回 上田市消防団ポンプ操法・ ラッパ吹奏大会

6月21日(日)

10回目を迎える本大会が、千曲川市民緑地(上堀グラウンド)で開催されました。当日はあいにくの雨模様でしたが、参加された皆さんは大変きびきびとした動きをしており、頼もしく感じました。

消防団は、災害時の出動に加え、日頃の火災予防や消火活動、地域の防災のために多大な貢献をいただいています。

消防団の大会は、このあと上小大会(7/5)、県大会(7/26)が行われます。さて、上田市消防団の健闘ぶりはいかがだったでしょうか…。



メルシャン(株)を訪問

7月3日(金)

丸子の陣場地区でワイン用ブドウの栽培を行っている、都内のメルシャン本社を訪問し、横山清社長と懇談をしました。

同農場のブドウから作られた「マリコヴィンヤード」は世界的に高い評価を受けており、地域の魅力発信に多大な貢献をいただいています。

同社では更なる農地拡大の検討をしており、市では周辺市町村と共同で6月30日にワイン特区を取得していることから、今後も関係者が連携しながら、ワインを通じた地域振興に努めていきます。



青年海外協力隊・清水マヤさんが 市長表敬訪問

6月25日(木)

清水さんは平成27年度第1次隊としてモロッコに赴任され、学校教諭の経験を生かし、障がい児・者支援に携わられます。

青年海外協力隊は今年で50年目を迎え、現在派遣中の方を含めると70名近い上田出身者が参加されており、国際貢献に情熱を傾ける皆さんを心強く感じています。

フロンティアスピリットで現地の方と良い関係を築くとともに、今回の体験が有意義なものとなり、無事派遣を全うされることを願っています。



北陸新幹線 停車駅都市観光推進会議

7月8日(水)

本会議は、北陸新幹線停車駅各都市の魅力を有効活用して観光の広域的振興を図ることで、まちの活性化に寄与することを目的に、上田、金沢、高岡、富山、黒部、糸魚川、上越、飯山、長野、佐久、高崎の5県・11市で構成されており、上田市において総会等を行いました。

新ゴールデンルートとも呼ばれる北陸新幹線の金沢延伸といったチャンスを広域連携によって最大限活かし、観光誘客や交流人口の増加を図ってまいります。



「もしものとき」のために…「上田市メール配信サービス」に登録を！



災害・火災など緊急時の情報や、安全・安心のための情報などを、携帯電話やスマートフォンなどで、いつでもどこでも受信できます。非常時に備えて、ぜひ登録ください。
[登録は簡単!]

インターネット検索、または右の二次元コードから簡単に登録できます。

上田市公式ツイッターもご覧ください。

平日の毎日、上田市の様々な情報をつぶやいています。

<https://twitter.com/cityueda>

☎ 広報情報課 TEL71・8080



上田市メール配信サービス

検索

いきいきと!はつらつと! いきいきフェスティバル2015 (健康と福祉の祭典)

丸子

6月27日(土)

丸子文化会館で、身近な地域での支え合い、自分らしく生きる社会の実現に向け、いきいきフェスティバルが開催されました。

健康コーナーや福祉団体の活動発表など、たくさんの催しが行われ、丸子高齢者クラブ連合会会員によるシルバー作品展では、大勢の来場者が見事な作品に見入っていました。



7月1日(水)

上田

AKB48メンバーが1日観光大使に! テレビで上田をPR

AKB48メンバー いわさみさき 岩佐美咲さんと たつやまきほ 達家真姫宝さんが、CS放送フジテレビ「AKB観光大使」の収録のため市役所を訪れ、1日観光大使として市長を表敬訪問しました。

2人には、上田城、別所温泉など、市内の観光スポットを巡り歩きながら、上田の魅力为全国に向けてアピールしていただきました。番組は、CSフジテレビで8月19日(木) 15:50~16:50に、また8月8日(土)にUCV(19:15~)、MTV(19:00~)で放送されます。

武石

梅雨の晴れ間に 美ヶ原高原レンゲツツジ群生地

6月28日(日)

今年は例年よりも早く、6月中旬から7月初旬にかけて、美ヶ原高原のレンゲツツジが見ごろを迎えました。梅雨空の続く日もありましたが、週末などには写真愛好家や観光客が訪れて、写真を撮るなど一面のレンゲツツジと高原の景色を満喫していました。



上田

地域で特殊詐欺被害を防止 防犯指導員合同研修会

7月1日(水)

上田市防犯協会・上小防犯協会連合会・依田窪防犯協会連合会の防犯指導員合同研修会がサントミュージで開催され、約500名が参加しました。

研修会では、丸子修学館高等学校演劇部による詐欺に遭う人の心情を描いた演技や、長野県警察本部特殊詐欺対策室長から、詐欺の特徴や被害状況の説明とともに「相談できる人を決めておく」、「『電話番号が変わった』は詐欺」など、事例を交えて対処法が紹介されました。





丸子

親子で音楽を楽しんで！ 第3回抱っこdeライブ

7月6日(月)

信州国際音楽村ロビーで、小さなお子さんを抱っこしながら、良質な音楽を楽しんでもらうために開催されました。

市内在住の演奏家大井俊恵さん(ヴァイオリン)、清水裕美さん(ピアノ)が、親しみやすい曲を中心に演奏し、約150人の参加者は、一緒に手拍子をしたり、童謡を口ずさんだりしていました。

真田

真田の自然を楽しんで さなだ保育園で夏まつり会

7月9日(木)

毎年、園児たちが楽しみにしている保育園の夏まつり。

今年のテーマは「生き物いっぱい ワクワク夏まつり」。おたまじゃくし釣りやダンゴ虫ボールのボウリング、アジサイが咲く小道の迷路など、子どもたちがお散歩や遠足で見つけた好きな生き物や場所を、お遊戯室や教室に作って楽しみました。



7月11日(土)

霊泉寺温泉で自然と遊ぶ夏！ 第4回霊泉寺温泉クリーンフェスタ

丸子

霊泉寺温泉の魅力をもっと知ってほしいと、クリーンフェスタが開催されました。

森林組合によるチェーンソーを使った樹木の間伐の見学や、霊泉寺川での川遊び、岩魚のつかみどりなどを約2,000名の来場者が楽しみました。また木登り体験では、高いところまで登った子どもたちの歓声が響いていました。



7月12日(日)

晴天の下自然を満喫！ スグリの収穫とジャムづくり体験

武石

武石上本入地区にある栗葉市民農園で収穫体験が行われました。参加者は晴天のもと、赤房スグリ、白房スグリ、黒房スグリ(カシス)、バラスグリの収穫とジャムづくりを楽しみました。東京から来た参加者は、「涼しく快適な気候の中、東京ではできないとてもいい経験をした。武石は地元の人がとても親切で自然も豊かだ。来るたびに懐かしさを感じ、心が和む」と話していました。



幸村ものがたり(其の四) NHK大河ドラマ「真田丸」への取組



大河ドラマ「真田丸」新キャストが発表されました！

7月10日(金)、「真田丸」の新キャストとして、これまでに発表されていた主人公・真田信繁(幸村)役の堺雅人さんのほか、信繁の父・昌幸役の草刈正雄さんなどの役者が決定しました。堺雅人さんは、「すばらしい皆さんを迎えて非常にわくわくしております。真田信繁は戦国大名の中で小さな家の次男。先頭に立って引張るといふより、しんがりから全体を見渡していた人、一艘の船に例えられた『真田丸』が逆風に翻弄されながら、乗組員たちのあたたかい愛情や強さに惹かれながら、僕自身も翻弄されたい」と、意気込みを語っていました。



◎キャスト(敬称略)

● 真田 信繁(幸村)	堺 雅人
● 真田 昌幸(信繁の父)	草刈 正雄
● 真田 信幸(信繁の兄)	大泉 洋
● さり(信繁の妻)	長澤 まさみ
● 薫(信繁の母)	高畑 淳子
● 松(信繁の姉)	木村 佳乃
● とり(信繁の祖母)	草笛 光子
● 梅(信繁の初恋の女性)	黒木 華
● 堀田 作兵衛(梅の兄)	藤本 隆宏
● 高梨 内記(さりの父)	中原 丈雄
● 佐 助	藤井 隆
● 徳川 家康	内野 聖陽
● 阿茶局	斉藤 由貴
● 本多 正信	近藤 正臣
● 本多 忠勝	藤岡 弘
● 小松 姫(信幸の正室)	吉田 羊
● 上杉 景勝	遠藤 憲一
● 北条 氏政	高嶋 政伸
● 出浦 昌相	寺島 進
● 室賀 正武	西村 雅彦
● 武田 勝頼	平 岳大
● 滝川 一益	段田 安則

「真田丸」タイトルロゴ商用利用説明会を開催

NHK大河ドラマ「真田丸」タイトルロゴを商品に活用するためのルールなど、(株)NHKエンタープライズ担当者から、市内事業者の皆さんを対象に説明会を開催します。タイトルロゴの活用を検討されている方は、ぜひご参加ください。

日 時 8月20日(木)14:00~16:00

場 所 上田商工会議所

内 容 NHK大河ドラマ「真田丸」タイトルロゴ商用利用について

申し込み 8月17日(月)までに、電話で推進協議会へ(参加申込書を送付します)。