

平成30年度放課後児童クラブの 利用申請を受け付けます……………	1
平成28年度の決算状況をお知らせします……………	2
第69回人権週間(12月4日～10日)……………	6



平成30年度 放課後児童クラブの 利用申請を受け付けます

市では、保護者の仕事と子育ての両立と児童の健やかな成長を支援するため、児童が放課後や学校休業日に安心して生活できる場所として、放課後児童クラブ(児童クラブ・学童保育所)を全ての小学校区に設置しています。

放課後児童クラブでは専任職員が保育にあたり、さまざまな学年の児童と一緒に遊び、読書、宿題などをして楽しく過ごしています。

●申請期間 11月28日(火)～12月11日(月)(日曜日を除く)

平日／13:00～19:00、土曜日／8:00～19:00

●利用料

児童クラブ／月額3,000円(利用日数が月10日未満の場合は日額300円)

学童保育所／月額6,000円

※きょうだい利用やひとり親家庭の場合は軽減されます。

※別途おやつ代、保護者会費が必要となる場合があります。

●申請方法

11月20日(月)以降、各児童クラブ・学童保育所の窓口で申請書類(市ホームページにも掲載)を受け取り、必要事項を記入の上、利用を希望する児童クラブ・学童保育所へ申請期間内に提出してください。

※申請の内容によっては、利用許可に条件を付ける場合があります。

※就労している方は就労証明書が必要です(児童クラブは登録児童カードの添付も必要です)。

※児童クラブ・学童保育所には定員があります。期限後の申請や小学校高学年の児童の場合は、ご希望に添えない場合があります。

※分室がある放課後児童クラブは、申請受付後に割り振ります。



☎ 学校教育課 TEL23・5195

各小学校区の放課後児童クラブ

小学校区	名 称	電話番号
清明小	清明児童クラブ	21・9320
東 小	東部児童クラブ	23・8567
西 小	西部児童クラブ	22・0460
北 小	学童保育所太郎の家	24・6265
城下小	学童保育所たんぼぼ	25・9010
塩尻小	塩尻児童クラブ	22・2057
川辺小	川辺児童クラブ	21・5567
	学童保育所バッタの家	25・0869
神川小	神川児童クラブ	22・5339
神科小	学童保育所どんぐり	55・7512
豊殿小	豊殿児童クラブ	22・6812
東塩田小	東塩田児童クラブ	38・7054
中塩田小	中塩田児童クラブ	38・6805

小学校区	名 称	電話番号
塩田西小	塩田西児童クラブ	38・0907
浦里小	浦里児童クラブ	31・0331
川西小	川西児童クラブ	25・2456
南 小	学童保育所トットの家	23・8686
丸子中央小	丸子中央児童クラブ	42・7014
西内小	西内児童クラブ	44・2066
丸子北小	丸子北児童クラブ	43・0205
塩川小	塩川児童クラブ	35・1015
菅平小	菅平児童クラブ	74・2029
長 小	長児童クラブ	72・0218
傍陽小	傍陽児童クラブ	73・2173
本原小	本原児童クラブ	72・0323
武石小	学童保育所ピーターパン	85・2826



一般会計

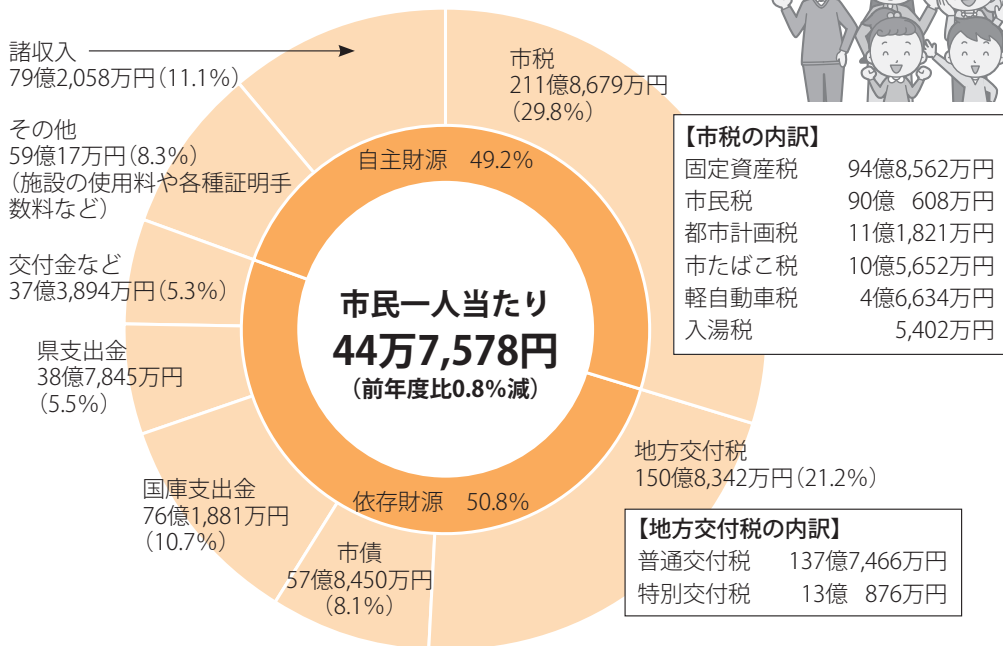
平成28年度は、第二次総合計画の初年度として、10年後の将来あるべき理想の都市像の実現に向けた各種事業のほか、新市発足10周年の節目としての記念事業や、国の地方創生関連予算を活用した事業などを実施しました。

一般会計の決算は、歳入総額が711億1千万円余、歳出総額は691億9千万円余となり、平成29年度へ繰り越す財源1億9千万円余を除いた実質収支は、17億3千万円余の黒字となりました。

※市民一人当たりの金額は、平成29年4月1日現在の住民基本台帳人口(15万8,881人)で割ったものです。

歳入

決算額 **711億1,166万円**



自主財源：市税、使用料など市が自主的に得られる財源

依存財源：地方交付税、国・県支出金、市債など国や県の基準によって定められた額が交付される財源

市税は0.6%減の212億円

歳入の3割を占める市税は、前年度と比較して0.6%、1億2,114万円の減でした。

軽自動車税は19.3%、都市計画税は0.4%の増でしたが、市民税は1.8%、固定資産税は0.2%、市たばこ税は1.7%の減となりました。

市債は12.1%減の58億円

市債は、前年度と比較して12.1%、7億9,480万円の減でした。

小・中学校の施設整備事業や道路改良事業に必要な資金を調達するために発行しました。

市債の7割は、返済に対する国の支援が手厚い合併特例債と、普通交付税の不足分を埋めるために発行する臨時財政対策債です。

目的税(入湯税と都市計画税)の使いみち

●入湯税(5,402万円)

観光施設の整備、消防施設などの整備、環境衛生施設の整備などに要する費用に充てるため、温泉の入湯客に納めていただく目的税です。

【入湯税を充てた主な事業】

- 観光施設の整備…………… 130万円
- 観光振興(観光施設の整備を除く) 3億6,406万円
- 消防施設等の整備…………… 3,043万円
- 環境衛生施設の整備…………… 9,453万円
- 基金への繰入れ…………… 1,800万円

●都市計画税(11億1,821万円)

都市計画事業などに要する費用に充てるため、都市計画区域内の土地または家屋の所有者に納めていただく目的税です。

【都市計画税を充てた主な事業】

- 街路の整備…………… 2億5,322万円
- 公園の整備…………… 9,810万円
- 下水道の整備…………… 5億3,241万円
- 上記事業の地方債償還…………… 45億7,021万円

平成28年度の市の決算がまとまりました。皆さんから納めていただいた税金や、国・県の補助金などがどのように使われたのかをお知らせします。

◎端数処理のため合計額は一致しないことがあります。

市の予算は、使う目的別に区分しています。
各区分に掲載している事項は、平成28年度に実施した主な事業です。

それぞれの区分に含まれる人件費は総額で96億円(歳出総額の13.8%)、普通建設事業費は総額で78億円(歳出総額の11.3%)です。

消防費

～救急・消防のために～

19億円

市民一人当たり 1万1,771円

- 広域連合負担金……………14億7,497万円
- 消防団運営事業……………2億1,669万円
(消防団活動の拠点となる分団詰所の新築工事など)

農林水産業費

～農業・林業の振興のために～

27億円

市民一人当たり 1万6,705円

- 農業集落排水事業会計への補助……………9億4,844万円
- 土地改良事業(農道整備、水路改修など)……………4億7,746万円
- 松くい虫防除対策事業……………1億3,325万円
- 農業振興関連施設管理事業……………1億2,013万円
(農林漁業体験実習館管理委託など)

衛生費

～ごみ処理や健康づくりなどのために～

40億円

市民一人当たり 2万5,255円

- 広域連合・一部事務組合負担金……………10億8,496万円
(クリーンセンター、斎場、依田窪病院負担金など)
- ごみ処理、再資源化対策等事業……………8億 348万円
(ごみや資源物の収集・処理委託など)
- 健康事業(各種健診や予防接種の実施など)……………7億1,837万円
- 医療対策事業……………5億2,760万円
(内科・小児科初期救急センターの運営など)

商工費

～商工観光の振興のために～

55億円

市民一人当たり 3万4,538円

- 中小企業金融対策事業……………40億7,638万円
(中小企業の資金繰り支援、利子補給など)
- 観光宣伝・施設整備等事業……………7億4,359万円
(観光協会への負担金、観光施設の整備、管理委託など)
- 商工業振興事業……………2億 383万円
(産官連携推進事業補助金など)

総務費

～市の全般的な事務のために～

70億円

市民一人当たり 4万4,067円

- 交流文化芸術センター事業(管理運営など)……………3億8,827万円
- 自治会関係事業……………2億5,113万円
(広報等配布業務等委託、コミュニティ活動等交付金など)
- 大河ドラマ「真田丸」プロモーション推進事業……………2億3,670万円
(大河ドラマ「真田丸」上田市推進協議会負担金など)

労働費

～雇用の促進と労働者福祉のために～

2.5億円

市民一人当たり 1,591円

- 労働者福祉事業……………1億6,289万円
(勤労者住宅建設資金融資預託金など)

災害復旧費

～被災施設の機能回復のために～

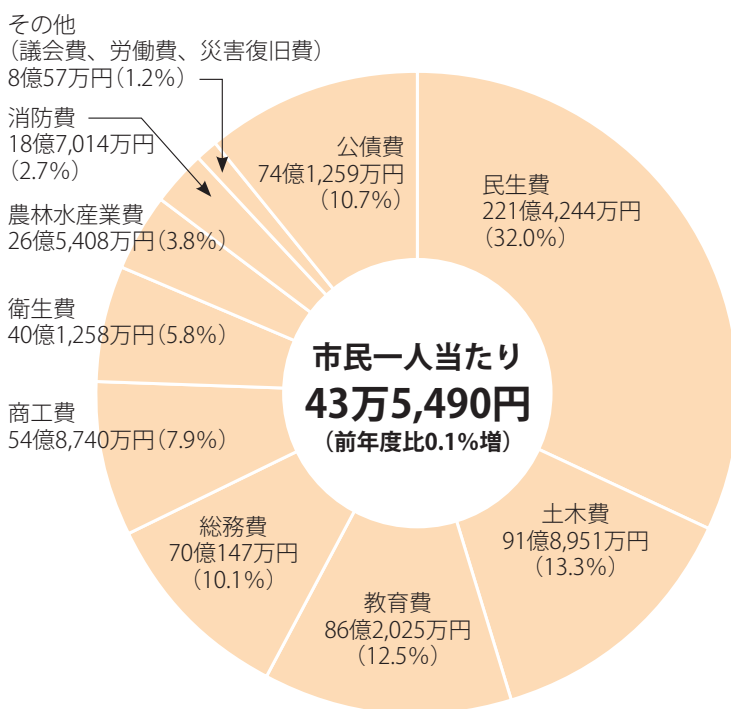
1.7億円

市民一人当たり 1,089円

- 公共土木施設災害復旧事業……………9,438万円
- 農林水産業施設災害復旧事業……………7,741万円

歳出

決算額 691億9,102万円



民生費

～福祉や子育て事業のために～

221億円

市民一人当たり 13万9,365円

- 自立支援給付事業……………32億9,529万円
(施設支援給付費、居宅介護等支援給付費など)
- 保育所費(管理、建設、民間保育所助成など)……………30億4,562万円
- 児童手当支給事業……………26億1,734万円
- 介護保険費……………21億5,185万円
- 生活保護費……………13億3,581万円

土木費

～道路や河川などの整備のために～

92億円

市民一人当たり 5万7,839円

- 公共下水道事業会計への補助……………26億 967万円
- 土地開発公社への貸付金……………25億円
- 道路維持事業(インフラ長寿命化修繕事業など)……………8億2,678万円
- 市道新設改良事業……………5億6,285万円
(武石和田線、上田橋中島線など)

教育費

～子どもたちの教育などのために～

86億円

市民一人当たり 5万4,256円

- 小中学校施設整備事業……………34億2,459万円
(本原小学校・第三中学校・第四中学校改築事業など)
- 小中学校管理運営事業……………8億1,405万円
- 体育施設管理事業(体育施設の管理委託など)……………4億4,644万円
- 学校給食管理運営事業……………2億5,668万円

議会費

～市議会の運営のために～

3.7億円

市民一人当たり 2,359円

- 議員人件費……………2億7,906万円
- 議会運営事業費(政務活動費交付金など)……………2,574万円

公債費

～借ったお金の返済のために～

74億円

市民一人当たり 4万6,655円

市の家計簿～上田市が年収500万円の家庭だったら～

平成28年度の一般会計決算を家計に置き換えてみました。年間収入500万円のうち、給料にあたる収入は378万円、借入金金は41万円でした。支出では、日常生活費・医療費に376万円、借入金の返済に52万円充てていることになります。(カッコ内の金額は前年度比)

収入	給料(市税収入など)	378万円(+3万円)
	借入金(市債借入)	41万円(-5万円)
	臨時収入(国庫・県支出金)	81万円(+2万円)
	収入合計	500万円



支出	日常生活費・医療費 (人件費・扶助費など)	376万円(+13万円)
	借入金返済(公債費)	52万円(+1万円)
	家財購入・修繕(投資的経費)	55万円(-5万円)
	貯金(積立金)	3万円(-5万円)
	支出合計	486万円(+4万円)
	余り	14万円(-4万円)

差額の14万円を翌年度の収入として、繰り越しましたが、引き続き経費の節減と収入の確保が必要です。

特別会計

【歳入】356億円 【歳出】348億円

特別会計とは、特定の事業や資金などについて、その収支を明確にするための会計です。

特別会計全体の決算額(歳出)は、前年度と比べると2.7%、約9億6,182万円の減となりました。

会 計 名	決 算 額		各 事 業 の あ ら ま し
	歳 入	歳 出	
土地取得事業	5,114万円	5,114万円	土地などの取得に関する経費
同和地区住宅新築資金等貸付事業	4,912万円	4,203万円	住宅新築資金などの貸付事業
国民健康保険事業	182億3,816万円	177億 959万円	自営業など他の健康保険に加入されていない方のための医療保険事務(74歳までの方への医療費の給付) ○被保険者数 35,740人 ○保険給付状況 108億2,304万円
後期高齢者医療事業	18億2,799万円	18億2,643万円	高齢者(75歳以上)および65歳以上の一定の障がいのある方を対象とした医療保険の保険料徴収などの事務 ○被保険者数 24,681人
介護保険事業	150億8,631万円	148億5,106万円	介護予防が必要な方および介護が必要となった方への保険給付ほか介護保険運営事務 ○第一号被保険者数 46,489人 ○保険給付状況 138億6,572万円
社会福祉授産事業	5,385万円	5,100万円	障がいを抱えた方の能力や希望に沿った就労の支援(上田・武石の2事業所)
駐車場事業	1億8,919万円	1億8,907万円	上田駅お城口および温泉口にある市営駐車場の管理運営
武石診療所事業	1億3,321万円	9,988万円	24時間往診体制をとっている公立の診療所(内科・外科など)
合 計	356億2,896万円	348億2,020万円	—

公営企業会計

【収入】139億円 【支出】167億円

公営企業会計とは、水道料金などの収益によって運営される会計です。

企業会計全体の決算額(支出)は、前年度と比べると6.7%、約10億4,876万円の増となりました。

会 計 名	収益的収支 ^{※1}		資本的収支 ^{※2}	
	収 入	支 出	収 入	支 出
真田有線放送電話事業	5,175万円	3,805万円	0円	27万円
産婦人科病院事業	6億1,607万円	6億 405万円	3億2,808万円	3億4,629万円
水道事業	29億3,664万円	24億 71万円	8億5,559万円	17億1,814万円
公共下水道事業	63億4,075万円	55億2,940万円	9億2,320万円	38億9,740万円
農業集落排水事業	15億3,907万円	14億 650万円	3億1,619万円	7億8,133万円
合 計	114億8,427万円	99億7,871万円	24億2,305万円	67億4,343万円

※1 収益的収支：人件費、施設の維持管理費、減価償却費など経営活動に必要な経費

※2 資本的収支：施設の整備・投資、借入金の償還金などの費用

上田市の財政状況

自治体の財政状況を分析するためのさまざまな指数を総称して「財政指標」と呼んでいます。

財政の健全性を示す4つの「財政指標」のうち、「実質公債費比率」は前年度と比較して0.4ポイント増、「将来負担比率」は、3.0ポイント減と推移しましたが、いずれも健全性を示す数値となっています。

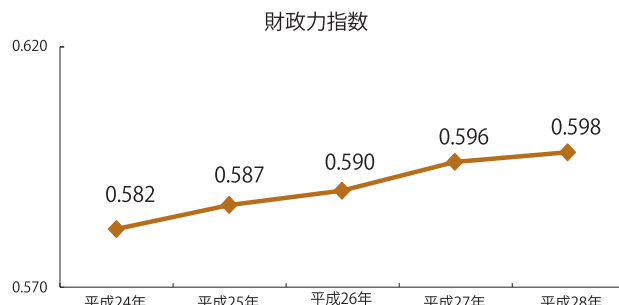
残りの「実質赤字比率」および「連結赤字比率」は黒字決算のため、該当がありませんでした。

ここでは、財政指標に加えて、財政力指数、市債残高や基金残高をお知らせします。

財政力指数 **0.598** (県内19市平均 0.568)

地方公共団体の財政基盤の強さを表す指標で、行政運営に必要な経費を市税等の一般財源収入額でどの程度確保されているかを表す数値です。

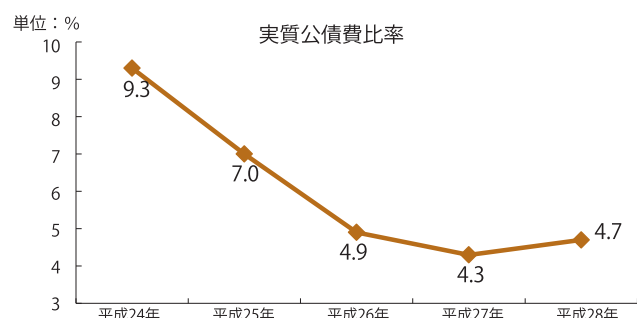
自主財源の割合が高いと財政力が強いことになり、1を超えると、普通交付税が交付されなくなります。



実質公債費比率 **4.7** % (県内19市平均 7.5%)

地方公共団体の借入金(地方債)の返済額(公債費)の大きさを、その地方公共団体の財政規模に対する割合で表したものです。

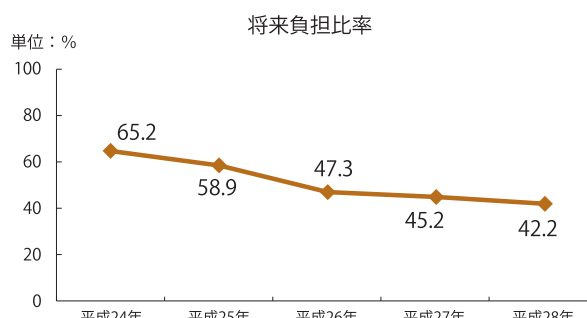
この比率が18%以上になると国や県の許可のない借入はできなくなり、25%以上になると借入が制限されます。



将来負担比率 **42.2** % (県内19市平均 48.0%)

地方公共団体の借入金(地方債)など現在抱えている負債の大きさを、その地方公共団体の財政規模に対する割合で表したもので、350%以上で早期健全化が必要となります。

現在は、42.2% (早期健全化基準の **8分の1以下の水準**) に改善しました。

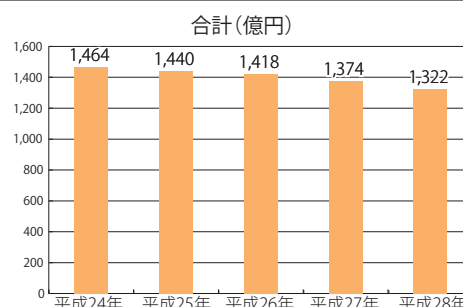


市債残高 **1,322億円**

市では、道路、学校、病院や下水道など社会資本整備のため市債(借入金)を活用しています。長期の借入を行うことで、財政負担を複数年に分け、計画的な財政運営を行っています。

◎市債の年度末現在高

区 分	平成28年度末
一般会計	683億3,662万円
特別会計	4億1,781万円
企業会計	634億9,372万円
合 計	1,322億4,815万円

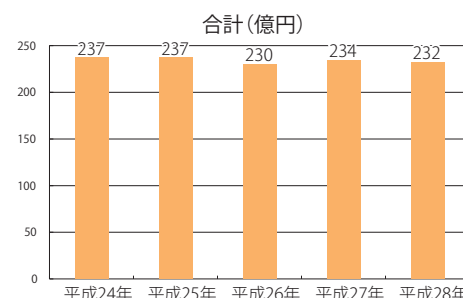


基金残高 **232億円**

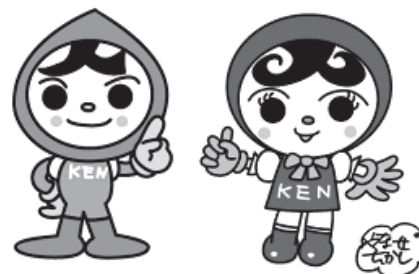
市の貯金ともいえる基金を、平成28年度は合計で5.9億円を積み立てる一方、7.9億円を取り崩して、事業実施のために活用しました。

◎基金の年度末現在高【一般会計+特別会計】

区 分	平成28年度末
財政調整基金	41億 920万円
減債基金	50億5,931万円
その他の特定目的基金	118億6,098万円
定額運用基金	22億 526万円
合 計	232億3,475万円



第69回人権週間 (12月4日～10日)



人権イメージキャラクター

人KENまもる君・人KENあゆみちゃん

国連は「世界人権宣言」が採択された12月10日を「人権デー」と決めました。国では「人権デー」を最終日とする1週間を「人権週間」として、法務省と全国人権擁護委員連合会により、全国でさまざまな人権啓発活動が行われ、市でも人権擁護委員を中心に街頭啓発や人権相談などを行います。お互いの人権を尊重し合い、思いやりの心を大切にする、明るく住みよい社会を作りましょう。

平成29年度啓発活動重点目標・強調事項

「みんなで築こう人権の世紀～考えよう相手の気持ち 未来へつなげよう 違いを認め合う心～」

法務省と全国人権擁護委員連合会では、人権尊重思想の普及高揚のため、啓発活動重点目標のほか17項目の強調事項を掲げ、全ての人が相互に共存し得る平和で豊かな社会の実現に向けた啓発活動を展開しています。詳しくは、法務省「人権週間」のホームページをご覧ください。

人権擁護委員・人権啓発推進委員および関係機関による街頭啓発

人権週間に合わせ、駅や店舗で啓発チラシや啓発物品の配布を行います。

○日時/場所 12月4日(月)7:30～8:30 / JR・しなの鉄道上田駅前 12月5日(火)13:30～14:30 / ツルヤ丸子店

人権擁護委員による人権相談(無料)

期 日	時 間	場 所
12月1日(金)	9:00～16:00	長野地方法務局上田支局内
12月4日(月)	10:00～16:00	上田駅前ビル・パレオ2階会議室
	9:00～16:00	長野地方法務局上田支局内
12月5日(火)	9:00～12:00	武石地域自治センター
		丸子ふれあいステーション
12月6日(水)	9:00～16:00	真田地域自治センター
12月8日(金)		長野地方法務局上田支局内

○昨年4月に「障害者差別解消法」、6月に「ヘイトスピーチ解消法」、12月に「部落差別解消推進法」が施行されました。それぞれ、不当な差別のない社会の実現を目指す法律です。一人ひとりが違いを認め合い、お互いの人権を尊重し合う社会を築いていきましょう。

○12月10日(日)～16日(土)は「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です

「拉致問題その他北朝鮮当局による人権侵害問題への対処に関する法律」が施行され、我が国の喫緊の国民的課題である拉致問題の解決をはじめとする北朝鮮当局による人権侵害問題への対処が、国際社会をあげて取り組むべき課題とされています。

☎ 長野地方法務局上田支局 TEL23・2001 ☎ 人権男女共同参画課 TEL23・5393

お互いの人権を 尊重し合える街づくり 上田市人権講座を開催



ゴルゴ松本氏が「命」、「言葉」、「人生」、「日本人」をテーマに魂のこもった熱い授業を展開します。貴重なお話を通じて、命の大切さについて考えてみませんか。大勢の皆さんの参加をお待ちしています。

○日 時 12月23日(土・祝)13:30～(開場12:30)
○場 所 上田文化会館 ○演 題 「命の授業」
○講 師 ゴルゴ松本氏(お笑いコンビ「TIM」メンバー。2011年から少年院でボランティア講演の活動をスタート)

○料 金 無料
○申し込み 12月2日(出)10:00～12:00に、中央公民館1階展示室内で配布する整理券を当日持参してください。
(先着350名。1人2枚まで)
※電話での受付・予約はできません。

☎ 部落解放同盟上田市協議会 TEL24・7546
(☎ 人権男女共同参画課)

お知らせ

年末特別警戒が始まります



期間中、地域の防犯ボランティアの皆さんによる防犯パトロールなどが行われます。

市民の皆さんも、登下校時における子どもの見守り活動や、車・自宅等の施錠の確認、特殊詐欺に騙されないための家族や近所への声かけなどにご協力をお願いします。

○期 間 12月1日(金)～31日(日)

○スローガン 「年の暮れ みんなでつくろう 安心の街 上田」

○運動重点

- 金融機関、コンビニエンスストア等対象の強盗事件の被害防止
- オレオレ詐欺等の特殊詐欺の被害防止
- 子ども・女性対象の犯罪の被害防止
- 空き巣事件等の侵入犯罪の被害防止

問 上 生活環境課 TEL22・4140



催し

インターナショナル持ち寄りクリスマスパーティー 多文化にタッチ！



持ち寄り料理を食べながら、みんなで楽しく歌って踊っておしゃべりして、いろいろな国の方と交流しましょう。

○日 時 12月16日(出)16:00～18:00(予定)

○場 所 中央公民館

○持ち物 1品料理(2・3人分～)

持ち寄りできない方は500円

※飲み物は中央公民館で用意します。

○申し込み 不要

問 みのりの会(浅井) TEL090・1502・3511
(中央公民館)

催し

人権フェスティバル2017 気づこう！学ぼう！考えよう！

○日 時 12月2日(出)13:30～(開場13:00)

○場 所 サントミューゼ小ホール

○内 容 全国中学生人権作文コンテスト長野県大会表彰式・朗読
まつやまさんしろう
松山三四六氏(タレント、長野大学福祉学部客員教授)
トーク&ライブ

○対 象 どなたでも

○定 員 300名(当日の先着順)

○料 金 無料

○申し込み 不要

問 長野県人権・男女共同参画課 TEL026・235・7106

(上 人権男女共同参画課)



募集 講座 催し お知らせ

お知らせ

別所線マイレール チケット販売中

- 販売期間 11月30日(木)まで
- 販売場所 別所線上田駅(午前6時～午後11時)、下之郷駅(午前6時～午後11時)、別所温泉駅(午前9時～午後5時)、七田チャイルドアカデミー、種人の駅(旧のんどり)、長野大学生活協同組合
- 内容 一冊20枚つづり(まちなか循環バス・上田市街地循環バス(青バス・赤バス)共通無料乗車券2枚付、あいそめの湯割引券・岩盤浴(共に200円引)各1枚付)
- 割引率 15%引き(通常回数券は9・1%引き)
- 有効期間 平成30年9月30日(日)まで
- 詳細 上田電鉄ホームページをご覧ください。

問 別所線電車存続期成同盟会事務局 TEL23・5011
(E管理課)



公有地を売却します

●売却物件

物件番号	所在地	地目	面積	最低売却価格
29-1-1	材木町一丁目84番4 (旧染谷第一公園)	宅地	1,177.81㎡ (約356坪)	4,979万3,000円
29-2-1	常田一丁目1614番1他2筆 (土地開発公社保有地)	宅地 雑種地	710.99㎡ (約215坪)	3,702万2,000円
29-2-2	塩川字小金久保2821番10 (土地開発公社保有地)	宅地	256.32㎡ (約77坪)	668万9,000円

●売却方法 一般競争入札により、最低売却価格以上の最も高い価格の方に売却します(入札に参加するには事前に申込が必要)。

●申込期間 11月20日(月)～12月1日(金)午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)

●申込場所 財産活用課

●入札日時 12月15日(金)午前9時30分
(市役所南庁舎2階)

●入札場所 市役所南庁舎5階

●その他 各物件の詳細、入札に関する説明書・申込書は、左記で配布します。また、市ホームページでもご覧いただけます。現地説明会は実施しません。

問 財産活用課 TEL23・5114

冬期労働災害に 注意しましょう！

冬期の労働現場では、厳しい寒さと積雪により重傷を負う労働災害が多発します。積雪や凍結による転倒や交通災害、除雪作業による転落、暖房器具等による火災、一酸化炭素中毒などの災害防止を徹底しましょう。

問 上田労働基準監督署
TEL22・0338
(E雇用促進室)

11月は「労働保険適用促進 強化月間」です！

労働保険は、労働者を1人でも雇用していれば原則として適用事業となり、加入手続きをする義務があります。また、今年1月から、65歳以上の方も加入対象となりました。未手続の事業主は、至急加入手続きをしてください。詳細は、左記へ問い合わせください。

問 ハローワーク上田
TEL23・8609

(E雇用促進室)

11月30日は 年金の日です！

11月30日は、一人一人が、「ねんきんネット」等を活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らせていただく「年金の日」です。

この機会に、自身の年金について考えてみましょう。

「ねんきんネット」では、自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について、さまざまな受給パターンの試算が可能です。

詳細は、日本年金機構のホームページで確認いただくか、小諸年金事務所(TEL0267・22・1080)へ問い合わせください。

問 上国保年金課 TEL21・0052

募集 講座 催し お知らせ

11月は創業後フォローアップ促進月間です

創業後の経営に関する相談を集中的に受け付けます。

◇個別窓口相談

●日時 11月30日(木)までの平日午前10時～午後4時(要事前申込)

●場所 上田商工会議所

●内容 窓口での個別相談支援(経営点検のために新たに作成する「創業後の手引き」を活用)

◇専門家派遣による専門相談支援

●日時 11月30日(木)までの希望日を事前申込

●場所 新規開店店舗や開設事務所等、上田商工会議所

◇現地相談支援

●日時 11月30日(木)までの平日午前10時～午後4時

●場所 現地(店舗・事務所等)

◇創業後フォローアップコーナー
「創業後の手引き」の展示・配布。

●日時 11月30日(木)までの午前10時～午後8時30分(土・日曜日、祝日は6時まで。火曜日休館)

●場所 上田情報ライブラリー

●場所 上田商工会議所中小企業相談所

TEL 22・4500

(上商工課)

林業退職金共済制度(林退共)の退職金請求

林業に従事したことがあり、その当時、林退共制度に加入していた、または加入していたかもしれない方で、退職金請求手続きをした心当たりのない方は、退職金を受け取っていない可能性があります。

林業の仕事をしていた当時の加入状況についても確認しますので、気軽に問い合わせください。

詳しくは、左記ホームページ(林業退職金共済)で検索をご覧ください。

●日時 11月30日(木)までの希望日を事前申込

●場所 新規開店店舗や開設事務所等、上田商工会議所

TEL 03・6731・2887

(上森林整備課)

司法書士による「空き家110番」

空き家に関する無料電話相談会を開催します。秘密は厳守します。

●日時 12月3日(日)午前10時～午後4時

●場所 フリーダイヤル

TEL 0120・448・788

●場所 長野県青年司法書士協議会

TEL 026・248・1780

(上生活環境課)

犯罪被害者週間

犯罪被害者やその家族が受けた被害の回復には、周囲の方の理解や共感、配慮、協力が大切です。

この週を機会に、被害者の立場に立つて考え、被害者や家族への理解を深めましょう。

●期間 11月25日(土)～12月1日(金)

●被害者支援制度 警察では、被害者や家族の精神的・経済的負担軽減を図るための各種制度があります。詳細は、左記へ問い合わせください。

●日時 11月30日(木)までの希望日を事前申込

●場所 新規開店店舗や開設事務所等、上田商工会議所

TEL 026・233・0110

(上生活環境課)

交通事故の物損トラブル無料相談会

司法書士による面接と電話による無料相談会です。

●日時 12月10日(日)午前10時～午後5時

●場所 長野県司法書士会館2階

(長野市妻科399)

●電話相談(フリーダイヤル)

TEL 0120・448・788

●申し込み 面接相談は、事前に電話で左記へ。

●場所 長野県司法書士会

TEL 026・232・7492

(上生活環境課)

催し

環境をよくしたいひと
大集合2017

さまざまな環境保全に取り組んでいる団体が集い、活動を発表します。この機会に、日頃どのような活動ができるか一緒に考えてみませんか。

●日時 12月2日(土)午後1時30分～

(受付1時～)

●場所 塩田公民館

●内容 活動発表、交流会

●日時 12月23日(土)午後1時30分～

(上生活環境課内)

TEL 23・5120

青色申告決算説明会

青色申告決算書作成の説明会を開催します。

●日時/場所 12月7日(木)午前10時～正午・午後1時30分～3時30分

／上田商工会議所5階、12月8日(金)午前10時～正午／上田商工会議所5階、12月13日(水)午後2時～4時／丸子文化会館

●対象 事業所得者、不動産所得者、農業所得者で青色申告する方

●その他 右記以外に、税務署で相談、申告等をする場合は事前予約が必要です(1～3月を除く)。

●場所 上田税務署

TEL 22・1234

(上税務課)

募集 講座 催し お知らせ

里親推進フォーラム

「里親」とは、さまざまな事情で、家庭で暮らすことができない子どもを自らの家庭に迎え入れ、温かい愛情の中で育てる方のことです。

この機会に里親制度の理解を深めてみませんか。

●日時 12月10日(日)午後1時30分～3時30分

●場所 東御市総合福祉センター

●内容 里親制度の説明、映像視聴等

●対象 里親制度に関心のある方
●申し込み 12月1日(金)までに、氏名、連絡先を電話で左記へ。

問 長野県児童相談所広域支援センター

ター

TEL 026・2388・8030

(上)子育て・子育て支援課)

盲導犬歩行体験会・視覚障がい者用具展示会

視覚障がい者対象の盲導犬歩行体験会と用具展示会を開催します。

●日時 12月16日(土)午後1時～4時

●場所 上田駅前ビル・パレオ2階会議室

●対象 視覚障がい者

◇歩行体験会

●定員 10名程度

●料金 2000円

(保険料。当日徴収)

●申し込み 12月8日(金)までに、電話で左記へ(平日のみ)。

問 点字図書館 TEL 22・1975

シニア人材+地域企業交流会 in 東御市

東信州9市町村が連携し、シニア就職マッチング会を開催します。キャリアや経験を地域の企業発展のために役立ててみませんか。

●日時 12月2日(土)午後2時～5時

(受付1時～)

●場所 ラ・ヴェリテ

(東御市田中63-4)

●内容 ミニ講演会(事例発表)、企業プレゼンテーション、企業別ブース面談会

●対象 おおむね50歳以上の方

●料金 無料

●申し込み 事前に、電話で左記へ。

問 AREC TEL 21・4377

(上)商工課)

イルミネーションバス乗車体験・バス乗り方教室

●日時 12月3日(日)午前10時～午後2時

●場所 上田バス(株)営業所

(着久保1101-2)

●内容 イルミネーションバス乗車体験(サンタ衣装の運転手)、バス乗り方教室、ご当地キャラクター「ゆきたん」との記念撮影、ポップ

コイン・綿菓子配布

●対象 どなたでも

(子どもは要保護者同伴)

●料金 無料

●その他 内容は変更となる場合があります。詳細は、左記へ問い合わせください。

問 上田バス(株) TEL 34・6602

(上)管理課)

赤ちゃんからのクリスマスコンサート

【わがまち魅力アップ応援事業】

赤ちゃんから高齢の方まで幅広く楽しめるコンサートです。

●日時 12月17日(日)①午前10時30分～11時30分(開場10時)、②午後1時30分～2時30分(開場1時)

●場所 信州国際音楽村

●内容 ①クラシック・ポップス

②ジャズ

●定員 先着各300名(申込不要)

●料金 ①無料

②1000円

(高校生以下無料)

問 ペルメルベール(竹内)

TEL 090・2228・4741

(上)市民参加・協働推進課)

長野大学講演会「民衆経験を学問が捉えるために」

110回目となる学内研究会の一部を、市民の皆さんに公開します。

募集 講座教室 催し お知らせ

Information A la carte

お知らせ

特別企画展「400年の時を経て甦る上田城」
入館者10万人を達成！

今年4月1日(土)から旧上田市民会館で開催している特別企画展「400年の時を経て甦る上田城」の来館者数が、10月21日(土)に累計10万人に達し、記念式典を開催しました。

10万人目の来館者となった持田栄さん・三容子さんご夫婦(東京都中野区)には、鹿教湯温泉宿泊補助券やリング、真田グッズなどの記念品をお贈りしました。

持田さんは「昨年大河ドラマ『真田丸』を見てから上田城に来たいと思っていた。(10万人目となり)びっくりしたけど、とても喜んでいる」と話してくれました。

400年前の上田城を最新のVR(バーチャルリアリティ)により再現した映像体験ができるほか、真田氏の活躍や上田城の歴史などを紹介しているこの特別企画展は、11月30日(木)まで開催しています。

市民特別割引※も実施していますので、期間内にぜひ足を運んでみてください。

※来館時、免許証等の住所が分かる書類をご提示ください。



民衆史(民衆思想史・民衆運動史)に関わる研究を振り返りながら、「ひとびとの近現代史」を軸に今後の学問の方向性を皆さんと一緒に考えます。

- 日時 11月29日(水)午後4時～5時30分
 - 場所 長野大学リブホール
 - 講師 安田常雄氏(歴史学者、神奈川大学特任教授)
 - 対象 どなたでも
 - 定員 300名程度
 - 料金 無料(申込不要)
- 問 長野大学地域づくり総合センター
TEL 39・0007
(上政策企画課)

第45回東信美術展

日本画、洋画、彫刻、工芸の4部門の展覧会です。

- 日時 12月2日(土)～10日(日)午前9時30分～午後5時(最終日は3時まで。12月5日(火)は休館)
 - 場所 市立美術館企画展示室
 - 料金 400円(70歳以上の方、学生、未就学児、障がい者と付き添いの方は無料)
- 問 東信美術会(松田)
TEL 090・4152・7517
(上生涯学習・文化財課)

第35回
上小地域健康のつどい

- 日時 11月24日(金)午後2時～4時
- 場所 ひとまちげんき・健康プラザうへだ

- 演題 「戦国武将の健康法に学ぶ健康長寿をめざして」
 - 講師 植田美津恵氏(医学ジャーナリスト・医学博士)
 - 料金 無料(申込不要)
- 問 上小地域包括医療協議会
(上田市医師会内)
TEL 22・0655
(上健康推進課)

募集 講座教室 催し お知らせ

講座・教室

料理講座「家族でわいわいクリスマスメニュー」

家族で手作りの楽しさを味わいます。パパ、ママ、おじいちゃん、おばあちゃんどなたでもどうぞ！

●日時 12月17日(日)午前10時～午後1時30分(託児希望の方は、9時45分集合)

●場所 中央公民館
●講師 目黒正子氏

(フードコーディネーター)

●対象 年長児～小学生と保護者

●定員 先着12組(24名)

●料金 1400円/組(大人1名と子ども1名の場合。子ども1名追加につき600円)

●持ち物 エプロン・バンダナ・筆記用具・A4サイズのバインダー(託児希望者は、お子さんの飲み物、着替え、おむつなど)

●申し込み 11月22日(水)午前10時以降、電話で左記へ。

問 中央公民館 TEL22・0760

求職中の若者のためのパソコン講座

●日時 12月15日(金)、18日(月)～20日(水)午前10時～午後0時30分(全4回)

●場所 若者サポートステーション・シナノ(大手2-3-4 東郷堂大手ビル2階)

●内容 ワード・エクセルの基本操作

●対象 15～39歳で求職中の方

●定員 先着10名(料金無料)

●申し込み 11月24日(金)～12月13日(水)に、電話で左記へ。

問 若者サポートステーション・シナノ TEL75・2383
(上雇用促進室)

ベビーサイン講座(4回連続講座)

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 12月5日、平成30年1月16日、2月6日、3月6日の火曜日午前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

●料金 400円(初回に徴収)

●申し込み 11月20日(月)午前10時以降、電話で左記へ。

問 中央公民館 TEL22・0760

第3回やさすぎ家族教室

精神障がい者の家族に向けた教室です。前半に交流会、後半に講話の時間があります。

●日時 12月7日(木)午後1時30分～3時30分(受付1時～)

●場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ

●講話 「精神科領域のお薬とかかりつけ薬剤師」

●講師 高橋敏氏(高橋薬局管理薬剤師、かかりつけ薬剤師)

●対象 精神障がい者の家族

●料金 無料(申込不要)

問 地域活動支援センターやさすぎ TEL25・2000
(上健康推進課)

第6回丸子中央病院市民公開講座

●日時 12月2日(土)午後2時～

●場所 丸子中央病院1階

●演題 「地域療育～住みたい街で暮らし、育てる～」

●講師 中沢洋三氏(信州大学医学部小児医学教室教授)

●対象 どなたでも

●料金 無料(申込不要)

問 丸子中央病院経営企画課 TEL42・1136
(上健康推進課)

視覚に障がいのある方対象の正月用生花講習会

●日時 12月19日(火)午後1時30分～3時

●場所 点字図書館

●講師 柴崎美智子氏(小原流)
●対象 視覚に障がいのある方

募集 講座教室 催し お知らせ

Information A la carte

ご寄付をいただいた皆様、**あたたかい心**
ありがとうございました。

厚くお礼申し上げます(9月分)。

◇株式会社丸陽様 現金20万円／小学校備品費として

◇ふるさと寄附金A～Fコース(5万円以上の方)

B 菅平高原スポーツ施設整備事業／佐藤洋幸様
伊藤小澄様

C 学び舎応援学校教育活動支援事業／秋山雅彦様

募集

上田市林業振興協議会 委員を募集

- 定員 先着10名
- 料金 200円
- 持ち物 花器、はさみ、剣山
- 申し込み 11月20日(月)～12月12日(火)に、電話で左記へ。
- 点字図書館 TEL22・1975
- 応募資格 市内在住の20歳以上の方(公募により審議会へ参画できるのは1人1審議会まで)
- 募集人員 若干名

問

森林整備課 TEL23・5124

市営住宅 12月期入居者を募集

- 報酬 市の規定に基づき支給
- 任期 委嘱の日から2年間
- 内容 林業の総合的な振興の推進に關し、市長の諮問に応じ、調査協議を行うこと。
- 応募方法 12月4日(月)までに、所定の申込書(左記、または市ホームページにあり)を左記へ提出。後日面接により決定。
- 募集団地 ①古里1戸、②千曲町2戸、③内堀2戸、④中丸子7戸、⑤中丸子第二1戸、⑥上武石1戸、⑦上沖1戸
- 申し込み 12月1日(金)～8日(金)に、左記、または丸子・真田・武石市民サービス課へ(土・日曜日は除く)。
- 入居者決定方法 12月21日(木)に、市役所南庁舎5階で公開抽選を行います。
- その他 申込資格・住宅の構造および家賃等の詳細は、左記へ問い合わせ、または市ホームページでご確認ください。
- 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。

問

住宅課 TEL23・5176

第3次上田市地域福祉計画(案) 市民意見等募集

福祉サービスの適正利用、社会福祉事業の健全な発達、地域福祉に關する活動への住民の参加促進について定めた、第3次上田市地域福祉計画(案)について市民の皆さんからの意見を募集するため、パブリックコメント(意見公募)を実施します。

- 公表場所 ①市ホームページ、②行政資料コーナー、③福祉課(市役所南庁舎1階)、④各地域自治センター窓口
- 募集期間 11月24日(金)～12月11日(月)(必着)
- 提出方法 「ご意見記入用紙」(公表場所、または市のホームページからダウンロード可)に、住所・氏名・電話番号を記入の上、郵送(T38618601住所不要福祉課宛)、FAX、メール、または直接左記窓口へ。
- 意見の公表 提出された意見は整理・要約し、意見に対する考え方を含めてホームページ等で公表します(個人情報等の公表、および個別回答はしません)。

問

福祉課 TEL71・8081
FAX24・9423

✉ fukusi@city.nedanaganano.jp

介護予防体操



- 期日/場所** ①12月7日(木)・19日(火)／高齢者福祉センター
②12月15日(金)／武石公民館
③12月18日(月)／真田老人福祉センター
④12月19日(火)／コミュニティセンター
榎実の家(丸子)
- 時 間** ①11:00～12:00、②③④10:30～11:30
- 持ち物** 飲み物(④のみ敷物と上履要持参)
- 問** 上 高齢者介護課 TEL23・5140

塩田の郷マレットゴルフ場納会大会

- 日 時** 11月30日(木)8:00～
- 場 所** 塩田の郷マレットゴルフ場
- 定 員** 150名程度
- 料 金** 500円(当日徴収。別途入場料500円)
- 持ち物** 飲み物
- 申し込み** 11月25日(土)までに、電話、FAX、または直接下記窓口へ。
- 問** 塩田の郷マレットゴルフ場 TEL/FAX42・1047
(上 スポーツ推進課)

上田市スポーツ教室



日頃スポーツをする機会を持たない方を対象に開催します(初心者大歓迎)。
今回募集する教室は以下のとおりです。

教 室 名	日 時		場 所	定 員 (先着順)	料 金
初心者ゴルフ(冬期)	平成30年 1月10日～3月14日 の水曜日(全9回)	13:00 ～ 15:00	グリーンフォーラム とびうお (最終回はコース研修)	30名	4,000円
ゆったり充実 入門ヨガ・ウォーキング (後期)	平成30年 1月10日～3月28日 の水曜日(全10回)	13:30 ～ 15:30	上田城跡公園 第二体育館	20名	3,500円
筋トレ・脳トレ スクエアステップ (後期)		10:30 ～ 12:00	2階トレーニングルーム	20名	3,000円

※別途、練習場使用料が必要です。

- 対 象** 学生を除く市内在住・在勤の成人
- 申し込み** 11月29日(水)～12月20日(水)に、所定の申込用紙で下記、上田城跡公園体育館、自然運動公園総合体育館、丸子総合体育館、真田・武石教育事務所、または市ホームページ(電子申請)から申し込みください。
- その他** 年間を通じてさまざまな教室を開催しています。詳細は広報うえだ(教室時期に合わせ随時掲載)、パンフレット(申込窓口を設置)、市ホームページをご覧ください。
- 問** 上 スポーツ推進課 TEL23・5196



親子運動あそび教室

用具を使って飛んだり、跳ねたり、転がったりして、親子で楽しく運動する教室です。身体能力を育てる運動が満載です。

日 時 12月9日(土)10:00～11:00

場 所 下堀コミュニティセンター

対 象 3歳～年長児とその保護者

料 金 子ども1人につき500円

持ち物 上履き、飲み物、タオル

申し込み 開催日前日の17:00までに電話で下記へ。
(平日9:00～17:00)

問 クラブUSC TEL26・5320
(☎ スポーツ推進課)

バランスコーディネーション講習会

体のさまざまなバランスや自律神経を整えていくプログラムです。

日 時 11月25日(土)17:00～19:00

場 所 真田中央公民館

講 師 辰野弥千子氏
(バランスコーディネーション教育トレーナー)

対 象 どなたでも

定 員 先着100名

料 金 500円

持ち物 タオル、ヨガマット(バスタオルでも可)

申し込み 11月5日(日)～22日(水)に、電話で下記へ。
(営業時間14:00～、火曜日定休)

問 さなだスポーツクラブ TEL72・2657
(☎ 教育事務所)

クラブUSCサークル参加者募集

気軽にスポーツを楽しむためのサークルです。運動不足の解消に、ストレス発散に、いい汗を流しましょう。

●種目/日時(基本的に毎週開催)/場所

種 目	曜 日	時 間	場 所	対 象
ママのバドミントン	木曜日	13:00～15:00	上田城跡公園第二体育館	子育て中の女性
バドミントン		19:00～21:00	上田城跡公園体育館	高校生以上
フットサル			上田城跡公園第二体育館	成 人
女性フットサル	土曜日	13:30～16:00	自然運動公園総合体育館 丸子総合体育館	
ソフトテニス	日曜日	10:30～12:00	丸子テニスコート	

料 金 500円/回

持ち物 上履き、飲み物、タオル(用具は体験用の貸し出しあり)

申し込み 随時、電話で下記へ(平日9:00～17:00)。

問 クラブUSC TEL26・5320
(☎ スポーツ推進課)



**上田情報
ライブラリー**

TEL29・0210
火曜日休館

第10回社会科新聞コンクール作品展

小・中学校対象の社会科新聞コンクール(上小社会科教育研究会)入選作品を展示します。子どもたちの力作をご覧ください。

期 間 11月25日(土)～12月8日(金)

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」によるお話しをお楽しみください。

日 時 12月3日(日)11:00～11:30(開場10:45)

内 容 大型絵本「ミッケ! クリスマス」、紙芝居「お
おきないわがどーん」、絵本「おにぎりくんが
ね・・」、パネルシアター、手遊び ほか

対 象 赤ちゃん～小学校3年生(目安)

クリスマスコンサート

冬の夜空に奏でる～オリオンのハーモニー～

日 時 12月9日(土)18:45～(受付18:15～)

出 演 ピアノ／木内貴大氏、バイオリン／木内裕美氏
オーボエ／古川美登里氏

プログラム 「主よ、人の望みよ喜びよ」、「めぐりあい」
「Winter Story(木内貴大オリジナル)」 ほか

定 員 先着70名

料 金 1,200円(前売り1,000円。高校生以下無料)

申し込み 11月19日(日)以降、電話で。

民俗学講座 歴史の裏側(第3回)

ー暮らしのなかの言い伝え「道祖神のこと」ー

人々は道祖神に何を祈ったのでしょうか。上田地域の道祖神のお話もお聞きます。

日 時 12月16日(土)13:30～15:00

講 師 倉石忠彦氏(国学院大学名誉教授)

定 員 先着30名

料 金 100円(資料代)

申し込み 11月23日(木・祝)10:00以降、電話で。

人生の主人公になろう!

～「こころ」と頭の実用セミナー～

今日から使える人生の技術を学ぶ参加型セミナーです。

日 時 12月20日(水)18:30～20:10(開場18:20)

内 容 「こころ」を伝える作文術
～表現のできる喜び「話せることは書ける!」～

講 師 中澤武氏(早稲田大学講師[哲学])

対 象 18歳以上の方

定 員 先着20名

料 金 500円(資料代)

持ち物 筆記用具、カラーペン(持っている方)

申し込み 11月24日(金)以降、電話で。

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

仲道都代 ピアノリサイタル

日 時 平成30年2月16日(金)

19:00～(開場18:30)

場 所 小ホール

プログラム 〈オール・シューマンプログラム〉

アベッグ変奏曲Op.1

交響的練習曲Op.13 ほか

料 金 3,000円(ベンチシート2,500円。25歳以下半額。
全席指定。未就学児入場不可)

チケット 11月25日(土)10:00以降、サントミュージゼ(Web・
窓口)、平安堂(上田店・上田しおだ野店)、なが
の東急百貨店



©Kiyotaka Saito

神谷未穂 ヴァイオリンリサイタル

ピアノ／望月優芽子

日 時 平成30年3月9日(金)

19:00～(開場18:30)

場 所 小ホール

プログラム ハチャトリアン

／剣の舞 ほか

料 金 2,000円(25歳以下半額。
全席指定。未就学児入場不可)

チケット 12月3日(日)10:00以降、サントミュージゼ(Web・
窓口)、平安堂(上田店・上田しおだ野店)



子どもアトリエ造形あそび講座発表展

「アソビ展」

「アソビながらビジュツをしよう」をテーマに開催した小学生向け連続講座「アソビジュツ!」の活動発表展。子どもたちが作ったランタンが子どもアトリエを彩ります!

日 時 11月27日(月)～12月3日(日)9:00～17:00

場 所 子どもアトリエ

消しゴムハンコで

メッセージカードをつくろう!

誰でも簡単に楽しめる「消しゴムハンコ」でオリジナルメッセージカードを作ります。

日 時 12月9日(土)10:00～15:00

場 所 子どもアトリエ

講 師 宮崎さゆり氏
(信州版画協会会員)

対 象 小学3年生以上

定 員 先着20名

料 金 600円(子ども300円。材料費として)

持ち物 鉛筆(2B以上)、消しゴム、昼食、飲み物、
彫刻刀(持っている方)

申し込み 11月25日(土)9:00～12月3日(日)17:00に、電話で。





施設イベント

真田図書館

TEL72・8080

月曜日休館

第7回図書館まつり

期 日 12月2日(土)

内容/時間

- 本のリサイクル市／9:30～12:00(なくなり次第終了)
マイバックを持参ください。
- 図書館サポーター(ちよちゃんのお部屋、腹話術師ヒロ・タッキーさん)によるおはなし広場／10:30～11:30
- 餅つき大会／11:30～12:30
杵と臼を使ってついたお餅をご賞味ください。

エコ・ハウス (上田クリーンセンター内)

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、家庭で不用となった古着等を回収します。

日 時 12月1日(金)10:00～12:00

方 法 ビニール袋に入れてお持ちください。

エコ・ハウスの「わくわく講座」

不用なものがリサイクルやリフォームで生まれ変わる楽しさを体験しませんか。

◇着物地からジャケット作り

日 時 12月7日(木)・14日(木)10:00～15:00

定 員 先着8名

料 金 100円/回(別途材料費)

持ち物 着物(ほどこいて)、裁縫用具、型紙用紙、昼食

上田図書館

TEL22・0880

月曜日休館

第11回うえだおはなしフェスティバル

読書ボランティアが絵本やお話の楽しさを伝えます。

日 時 12月10日(日)13:00～16:00

場 所 上田創造館

内 容 おはなしライブ、絵本の読み聞かせ、紙芝居、影絵、手遊び等

問 ネットワーク上田文庫ひらけごま(横山)

TEL090・1611・1389

マルチメディア 情報センター

TEL39・1000

水曜日休館

Word初心者講座2日間コース【Word2013使用】

Wordを基礎から学びたい方のための講座です。ビジネス文書の作り方や、イラストや表の作り方を学びます。

日 時 12月7日(木)・14日(木)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)

料 金 2,500円(別途テキスト代1,296円)

申し込み 11月16日(木)以降、電話で。

Illustratorでクリスマス飾りを作ろう【CC2017使用】

雪の結晶やレース模様など、Illustratorの機能を使ってクリスマスの飾りにもなる模様を作り、カッティングプロッターで切り抜きます。

日 時 12月9日(土)9:30～12:00

対 象 パソコン経験者

定 員 先着20名(最少催行人数5名)

料 金 1,500円

申し込み 11月18日(土)以降、電話で。



光るクリスマスカードを作ろう

LEDと電気を通すテープを使って光るメッセージカードを作ってみよう。

日 時 12月9日(土)13:30～16:00

対 象 小学4年生以上

(小学3年生以下は保護者同伴で参加可)

定 員 先着20名(最少催行人数5名)

料 金 300円

申し込み 11月18日(土)以降、電話で。

クリスマスイベント

「St. Media Xmas 2017 ～みんなおいでよ #Tanoshiよ～」

日 時 12月16日(土)・17日(日)10:00～16:00

内 容 ガールスカウト活動紹介(17日10:00～14:00)、上田地域こどもCGコンクール表彰式(17日15:00～)、まんがクラブ作品展示、ビンゴ大会(17日15:00～)、カード配布(13:00～)、インターネットライブ中継、ロボットで遊ぼう、電子工作・プログラム作品展示、オリジナルカレンダー作り、フリーマーケット、年賀状・クリスマス小物作り、松ぼっくりリツリー作り
※一部ブースは有料



短歌

小宮山 久子 選

入選

ほらそこに青糸とんぼと指差せる若者のシャツもコバルトブルー
冬物を一つ探して出してくる季節は今日もわれを追いたてる
亡き母がしきりに吾を呼ぶごとくエンマコウロギ声からし鳴く

佳作

歳月の早く過ぐるを惜しみつつ誕生日のけふの日記書きたり
咲き誇るむくげの坂道頭上より微かにピアノの乙女の祈り
何となく孫来るような予感してカリカリ梅のおむすび握る
雨避けてわが家の壁に登り来し青虫今朝は蛹になりぬ

選者詠

伯父の家の後を住みをる人のあり軒低きまま蕎麦屋となして
〔評一句目〕 珍しいトンボを発見した若者のシャツの、トンボと同じ色に焦点をあてた爽やかな一首です。
会話体の詠い出しも躍動感があります。

俳句

島田 洋子 選

入選

秋めくや味噌汁の湯気太くなり
稲の花ふるさに居て旅心
上へ上へ先頭雲へ鷹渡る

佳作

子に送る箱パンパンに夏野菜
音もなく老い迫りくる落葉掃き
朝顔に盗られて門扉閉ざしけり
草筆る先へ先へと雨蛙
秋の蝶温もる石に休みをり
秋の蚊の腕にすがりて打たれけり
遠花火狼煙の如く上がりけり
扇風機湯上りの髪踊り出す
大花野走る少女の眩しかり

選者吟

薪能天女の舞に星涼し
〔評一句目〕 毎日飲んでいる味噌汁の湯気が太くなったことに、やや肌寒くなつた秋を感じている。日常の何気ないことから、季節を敏感にとらえていて妙である。

川柳

齊藤 俊酔 選

入選

爺婆がチャンと呼び合うクラス会
福の神我が家の前を走り抜け
吸い取った元氣印の友の声

佳作

いい話貰って今日が満ちてくる
宝くじ当たるつもりの夢を買う
礼状のまた行きたいに安堵する
荷台から飛び降りられず老いを知る
謝られ握り拳が許してる
年かさね終活論に花が咲く
何故ここに来たのか戻り考える
うれしいね広報見たと友電話
晩成の孫と信じて口出さず

選者吟

夢見よし迷わず決めた勝負服
〔評一句目〕 クラス会は「やあ暫く元氣」から始まり、何時の間にかあちこちチャン呼びで話題が弾む。幾つになっても皆同じなんだと納得です。

1月号の投稿方法

- 未発表作に限り種類ごと別々の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 〒386-8601 大手1-11-16
◆締め切り 11月30日(休)必着
☎ 交流文化スポーツ課 TEL75・2005

イベント・ナビ 12月

期日	行事	問い合わせ先
2日(土)	菅平高原スキー場開き(予定)	菅平高原観光協会 TEL74・2003
16日(土)	信州上田 景観・花と緑 まちづくりフォーラム 市民の森スケート場オープン(～2月12日(月・祝))	都市計画課 TEL23・5127 市民の森スケート場 TEL27・9396
23日(土)	武石番所ヶ原スキー場開き(予定)	武石番所ヶ原スキー場 TEL86・2213
27日(水)	鹿教湯温泉氷灯ろう夢祈願(～1月31日(水))	鹿教湯温泉観光協会 TEL44・2331

12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	29年 7 月 16～31日生	7 日(木)	上田	12:30 ～ 13:30	
		29年 8 月 1 ～15日生	19日(火)			
		川辺・泉田・塩田・川西 の29年 7 月生	8 日(金)			川西
	1 歳 6 か月児	28年 5 月 16～31日生	13日(水)	上田		
		28年 6 月 1 ～15日生	20日(水)			
	2 歳児 歯科	27年 9 月 1 ～15日生	5 日(火)	上田	12:30 ～ 13:15	
27年 9 月 16～30日生		14日(木)				
塩田・川西の 27年 9・10月生		26日(火)	塩田			
3 歳児	26年11月 1 ～15日生	1 日(金)	上田	12:30 ～ 13:30		
	26年11月16～30日生	22日(金)				
	塩田・川西の 26年10・11月生	15日(金)			塩田	
教 室	7 か月児	29年 4 月 16～30日生	7 日(木)	上田	9:30 ～ 9:45	
		29年 5 月 1 ～15日生	19日(火)			
		川辺・泉田・塩田・川西 の29年 5 月生	27日(水)			川西
	おたんじょう	28年12月 1 ～15日生	12日(火)	上田		
		28年12月16～31日生	20日(水)			
		塩田・川西の 28年12月生	21日(木)			

市内委託医療機関(個別)

健診	10か月児	29年1月16日～29年2月15日生	12月受診/完全予約制
----	-------	--------------------	-------------

◆ひとまちげんき・健康プラザうえだ相談室

(祝日を除く月～金曜日に開設)

母乳・妊婦相談室(助産師による妊娠や母乳・育児等の相談)
 /9:30～15:30

健康相談室(身長・体重の計測、育児や食事に関する相談等)
 /9:00～16:00

◆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	29年7月生	7日(木)	12:30 ～ 13:15
	10か月児	29年2月生	22日(金)	
	1歳 6か月児	28年5月生	5日(火)	
	2歳児	27年10・11月生	12日(火)	
	3歳児	26年10月16日～11月30日生	8日(金)	
教室	7か月児	29年5月生	21日(木)	9:30 ～ 9:45

◆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	29年7・8月生	14日(木)	12:30 ～ 12:45
	1歳 6か月児	28年5・6月生	18日(月)	12:45 ～ 13:00
	7か月児	29年5月生	20日(水)	9:30 ～ 9:40

◆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	29年7月生	7日(木)	12:30 ～ 13:15

子育て情報29

乳幼児健診Q & Aシリーズ ～視力・視機能検査について～

問 上 健康推進課
TEL23・8244

Q なぜ、3歳児健診で眼の検査をするのですか？

A 視覚が発達する時期は限られていて、6歳ごろには成人の視力レベルに達し、小学校低学年くらいまで発達します。斜視、遠視、近視、乱視など、ものがはっきり見えていない状態が続いた場合、視力の発達が止まってしまう弱視になる可能性があります。「眼を細める」「目つきが気になる」と気づくこともありますが、症状がない場合もあります。また、普段は両目で見ているため、片目の異常に気付かない場合があります。

早期治療はその後の眼の発達を助け、視力の回復につながるため、3歳児健診での片目ずつ行う視機能検査や家庭での視力検査(赤ちゃん手帳に検査セットがあります)が大切です。



◎平日夜間や休日緊急医のお問い合わせ

上田広域消防本部 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

※夜間診療・電話相談は、内科・小児科初期救急センターへ。[小児科(15歳以下)TEL21・2233、内科(16歳以上)TEL21・2280]
 (診療時間/20:00～23:00、電話受付/19:00～22:30)※休診日:8月14日～16日、12月30日～1月3日

12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	
消費生活相談	毎週月～金曜日	9:00～12:00	市役所(本庁舎)	不 要	上田市消費生活センター TEL75・2535	
市民相談/多重債務相談		13:00～16:00			 生活環境課 TEL22・4140	
法律相談	8日(金)・22日(金)	13:00～16:00	市役所(南庁舎)	事前に電話で	 生活環境課 TEL22・4140	
行政相談	12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 マンション管理士によるなんでも相談	14日(木)	13:00～16:00				
行政相談/登記・法律相談	20日(水)	9:00～12:00	丸子地域自治センター	事前に電話で	 生活環境担当 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	長野地方務局上田支局 TEL23・2001	
	4日(月)	10:00～16:00	駅前ビル・パレオ 2階会議室		 人権男女共同参画課 TEL23・5393	
	5日(火)	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	
			真田地域自治センター		 市民サービス課 TEL72・0154	
	4日(月)	武石地域自治センター	 市民サービス課 TEL85・2827			
女性弁護士による法律相談	21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			事前に電話で	TEL27・3123
	毎週木曜日 9日(土)・16日(土)	10:00～17:00				
もの忘れ・認知症相談	19日(火)	13:30～17:00	市役所(南庁舎)	事前に電話で	 高齢者介護課 TEL23・5140	
	12日(火)		丸子ふれあいステーション		 高齢者支援担当 TEL42・0092  高齢者支援担当 TEL72・4700  高齢者支援担当 TEL85・2119	
上田商工会議所法律相談	20日(水)	13:30～15:00	上田商工会議所	事前に電話で	TEL22・4500	
ひきこもり相談・こころの相談	相談の上決定		ひとまちげんき・ 健康プラザうえだ	事前に電話で	 健康推進課 TEL23・8244	
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 ISOの進め方・活用相談	相談の上決定		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 若者のための仕事何でも相談	毎週月曜日 毎週月・木・金曜日	10:00～17:00	若者サポート ステーション・シナノ	事前に電話で	TEL75・2383	
求職・労働相談	毎週月～木曜日 (祝日除く)	9:00～12:00	勤労者福祉センター	事前に電話で	 雇用促進室 TEL26・6023	
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	

10月18日現在の

不用品交換情報

問 エコ・ハウス
TEL23・5144

交換無料。不用品の紹介は1回につき1件まで。

(受付時間/月～金曜日10:00～16:00)

- ゆずります エレクトーン/電子ピアノ/ベビーベッド/
女児用ブラウス・スカートセット(130～140cm)/子ども用
ショベルカー/ジャングルジム/マッサージチェア
- ゆずってください 月花美人/卓上ミシン/チャイルド
シート/ジュニアシート/女児子ども服(130cm)/七五三
着用物/液晶テレビ/冷蔵庫/家具調こたつ

※このほかにも、市ホームページに
掲載していますのでご覧ください。



問 NPO フードバンク信州
TEL026・269・0026
(福祉課)

フードドライブ

家庭で消費されない食料品を集め、食べ物に困っている方
や福祉施設などに届ける支援活動(フードドライブ)をしてい
ます。食料品の提供にご協力をお願いします。

- 日 時 12月2日(土)10:00～11:30
- 場 所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ
- 受付品 次の条件を満たす缶詰、レトルト食品、乾麺、米、
カップ麺などの保存できる食品
①賞味期限が明記され、1か月以上あるもの
②未開封で包装や外装が破れていないもの
③生鮮食品以外のもの(米は古米まで)

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・パロー秋和店・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 ※11月18日(土)のみAコープコア塩田店→モルティしおだ西側駐車場に変更
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。