

# うえだ 10.16 No.302

2018(平成30)年

・C・O・N・T・E・N・T・S・

- Webサイト「うえだ大好き」オープン ..... 1
- 上田城紅葉まつり ..... 2
- マチ×マチ フェスティバル 2018 UEDA ..... 3
- 全国学力・学習状況調査 市内の調査結果を公表 ..... 4
- 道路沿いの危険なブロック塀等除却に補助 ..... 13



## 上田のさまざまな魅力を発信！ シティプロモーションWebサイト「うえだ大好き」オープン!!

市では、上田の魅力を総合的に発信していくためシティプロモーションWebサイト「うえだ大好き」を開設しました。この「うえだ大好き」は、上田を楽しむための観光、イベント情報をはじめ、文化・芸術、移住、グルメ情報など幅広い分野にわたるまちの魅力を集約したサイトとなっています。「今週末、ここへ行ってみよう」、「これ食べてみたい」など、市民の皆さんが身近に感じるまちの魅力も掲載していますので、ぜひ「うえだ大好き」をご覧ください。



20種類のキーワードから関連する情報を集約して閲覧できます



#うえだで食べる を選択した場合のイメージ



Webサイト「うえだ大好き」



<https://ueda-pr.jp/>

うえだ大好き

### SNSでも情報を発信しています

行政情報をはじめ市に関連するさまざまな情報を上田市公式Twitterや上田市シティプロモーションFacebookページでも配信していますので、あわせてご覧ください。

上田市公式  
Twitter



上田市シティプロモーション  
Facebookページ



問 広報シティプロモーション課 TEL75・2554

秋も徐々に深まり、紅葉の見ごろが近づいてきました。  
 秋の恒例イベント「上田城紅葉まつり」のイベント内容をご紹介します。  
 (天候等により予告なくスケジュールを変更する場合があります)



# 上田城紅葉まつり

ピックアップ  
イベント

## 各地の武将隊が集結！ 戦国GIG 凱 ~ KACHIDOKI ~

● 3日(土・祝) 12:00~、15:00~ ● 4日(日) 10:00~

信州上田おもてなし武将隊をはじめ、仙台、上越、  
 熊本で活躍する武将隊が集結！  
 笑いあり、涙ありのステージは圧巻です！

第三次上田合戦の  
幕開けじゃ！



©信州上田おもてなし武将隊



©奥州・仙台おもてなし集団・伊達武将隊



©熊本城おもてなし武将隊



©越後上越上杉おもてなし武将隊

## 伊賀流手裏剣打選手権大会 長野予選

● 4日(日) 10:20~ 市立博物館横

全国各地で行われている伊賀流手裏剣打選手権大会の予選会が、ついに市内で初開催。的に刺さる手裏剣の点数などが採点対象になります。忍者の本場、伊賀で来春行われる本大会目指し戦う勇姿をご覧ください(大会への出場も可能です。問い合わせはTEL090・4833・0658[久保]へ)。

ステージ  
イベント

### ◇ 3日(土・祝)

時間	イベント
9:45~ 9:55	オープニングセレモニー
10:00~10:30	信州上田~歌と愛を袖~大使 野村美菜歌謡ショー
10:45~11:15	信州真田鉄砲隊演武
11:15~11:35	伊賀流手裏剣打選手権大会PRタイム
12:00~13:45	戦国GIG 凱~ KACHIDOKI ~
13:45~14:30	BBBB マチ×マチフェスティバル スペシャル楽団 BLACK BOTTOM BRASS BANDによるパレード&ミニLIVE!
15:00~16:00	戦国GIG 凱~ KACHIDOKI ~

### ◇ 4日(日)

時間	イベント
10:00~13:00	戦国GIG 凱~ KACHIDOKI ~
13:00~15:00	信州上田真田太鼓サミット

### ◇ 3日(土・祝)・4日(日) 10:00~16:00

イベント	内容
上田食劇場	上田地域のご当地グルメや特産品が集結!
姉妹都市等観光物産展	上越市、九度山町、沼津市の特産品などを販売します。
甲冑着用体験	赤備え紙甲冑の着用体験です。上田城櫓門をバックに写真を撮ろう!
忍者体験コーナー (上田城跡公園内招魂社)	手裏剣や吹き矢などを体験できるコーナーです(各200円/回)。 3日13:00~ 真田流忍術を学び、忍者になって遊ぼう(無料)

グルメ・物産  
体験コーナー

場所  
期間

11月3日(土・祝)・4日(日)  
上田城跡公園 旧市民会館駐車場

## 関連イベント

### 上田城跡公園けやき並木ライトアップ

日本夜景遺産に認定されている幻想的な風景をお楽しみください。

- 期間 10月27日(出)~11月4日(日)  
(紅葉の状況により変更の場合あり)
- 時間 日没~22:00

### 第3回上田菊花展

心を込めて育てた菊をご覧ください。

- 日時 10月28日(日)~11月17日(出) 9:00~16:00  
(最終日11月17日(出)は 12:00まで)
- 場所 上田城跡公園本丸跡
- 問い合わせ 上田菊花展実行委員会(篠原) TEL080・1093・0106

# マチ×マチ フェスティバル 2018 UEDA

ブラックボトムブラスバンドライブ  
BLACK BOTTOM BRASS BAND LIVE!

今年も「BLACK BOTTOM BRASS BAND」が上田に帰ってくる!

日本で唯一のニューオリンズスタイルブラスバンドとして、数々のフェスティバルに出演。

紅葉の上田を盛り上げる上田城跡公園でのパレードにも注目!



- 日時 11月4日(日) 14:00~(開場 13:30)
- 場所 サントミュージゼ小ホール
- 料金 2,000円(U-25 は1,000円。全席指定。3歳以下膝上鑑賞無料、ただし座席を必要とする場合は要U-25チケット)
- プレイガイド サントミュージゼ(Web・窓口)  
平安堂(上田店・上田しおだ野店)
- 関連企画 **上田城跡公園パレード&ミミライブ!**  
共演:BBBB マチ×マチ フェスティバル スペシャル楽団  
11月3日(土・祝) 13:45スタート! 観覧無料

「マチがアートを待っている、マチにアートが出かけていく」をコンセプトに、音楽、美術、演劇、ダンスなどのアートが街中を彩ります。上田城紅葉まつりが開催される11月3日(土・祝)・4日(日)を中心にさまざまな催しを開催しますので、ぜひ街中へ足を運んでみてください。

ふじた たかひろ  
藤田貴大演出「書を捨てよ町へ出よう」関連企画

## ◆「寺山修司とアンクラ演劇傑作ポスター展」

宣伝用媒体としての舞台作品の先導的役割と、観客が作品の疑似体験をする最初の場所、それがポスター。今回は寺山修司作品を中心に約130点のポスターを市内4会場で展示!

関連企画として三沢市寺山修司記念館副館長の笹目浩之氏によるギャラリートourも開催!(料金無料)

- 期間 10月24日(水)~11月4日(日)
- 場所 サントミュージゼ大スタジオ  
犀の角(中央2-11-20)  
VALUE BOOKS Lab.(中央2-14-33)  
上田映劇(中央2-12-30)  
※場所により、展示期間・時間が異なります。  
詳しくはホームページをご覧ください。

## ◆「映画監督 寺山修司2018」

昨年度、映画賞を総なめにした菅田将暉×ヤン・イクチュン主演の『あゝ、荒野』ほか、映像の魔術師・寺山修司のシュールでアヴァンギャルドな映像、4作品を上映!

- 日時 10月27日(土)~11月2日(金)  
※10月29日(月)は休館日
- 場所 上田映劇
- 詳細 上田映劇へ問い合わせ(TEL22・0269)、またはホームページをご覧ください。

## すい 手わざの粋展 ~職人たちの工芸美~

江戸時代から受け継がれてきた日本三大紬のひとつ、上田紬。伝統的な手織りと、現代の色やデザインで紡ぎ出される上田紬の魅力を紹介。また、上田の菓子店に伝わる菓子木型と、木型を使った打ち菓子を復刻展示します。

- 日時 11月3日(土・祝)・4日(日) 10:00~17:00
- 場所 HanaLab.UNNO(中央2-10-15)

### ●関連企画

#### 「真田幸村のように強い」紬の魅力とは

「真田幸村のように強い」と例えられるほど丈夫な織が特徴の上田紬。小岩井紬工房の小岩井良馬氏と小岩井カリナ氏から上田紬の特徴や技法を実演しながら、色やデザイン、リンゴ染めなどの新しい上田紬の魅力をお話いただきます。

- 日時 11月3日(土・祝)  
11:00~12:00
- 定員 20名(当日先着順)
- 料金 無料

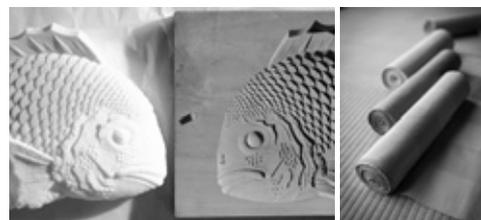


#### オープンでチン!

#### 木型から上田紬に似合う小物づくり

和菓子の木型を使って、髪飾りや帯留めなどを作ってみませんか。鯛や鶴などの木型に粘土を詰めて型を取り、オープンで焼き上げ、色付けすればできあがりです。ブローチや箸置きなどいろいろな作品に仕上げてOKです!

- 日時 11月3日(土・祝)  
13:30~15:30
- 定員 10名(当日先着順。定員を超えた場合は見学ののみ可)
- 料金 1,000円  
(高校生以下500円)



#### 練り切り・点茶体験

和菓子の「練り切り」を作り、抹茶をたてて一緒にいただきます!

- 日時 11月4日(日)  
13:00~14:30
- 定員 10名(当日先着順。定員を超えた場合は見学ののみ可)
- 料金 700円  
(高校生以下300円)



# 全国学力・学習状況調査 市内児童・生徒の調査結果を公表

今年4月に市内の全小・中学校が参加した全国学力・学習状況調査の結果について、概要をお知らせします。  
なお、この調査結果は、児童・生徒が身につける学力の一部であることをご承知ください。

- 対象 小学6年生(25校)、中学3年生(11校)
- 内容 教科に関する調査(知識・活用) ●小学生/国語・算数・理科 ●中学生/国語・数学・理科

## ① 教科に関する調査(知識・活用)

### 小学6年生

教科	現状と課題	今後に向けて
国語	平均正答率は、知識分野が70.8%で全国値を0.1ポイント上回りましたが、活用分野は53.5%で1.2ポイント下回りました。「読むこと」、「書くこと」は全国平均をやや下回りましたが、「漢字や敬語の適切な使い方」は3～4ポイント上回りました。家庭における学習の成果が感じられます。	説明文や新聞、物語等を読む中で、多くの資料から必要な情報を選んで読み取る力を高めるとともに、それに対する自分の考えが伝わるように構成を考えて書く経験を増やしていきたいところです。
算数	平均正答率は、知識分野61.5%、活用分野49.3%で、全国値をそれぞれ2.0、2.2ポイント下回りました。知識分野の「折れ線グラフ」、「百分率を求める」問題では、全国値を上回りましたが、活用分野の棒グラフと帯グラフを関連させる問題では下回りました。身についた知識を生活場面と関連付けながら考察し結論をまとめる学習を積み重ねたいところです。	「問題の解き方や考え方がわかるようノートに書いている」と答えた児童が全国値より高いという良さがあります。さらに四則計算の基礎も含めて授業で学んだことが定着するように、家庭での反復学習を大切にしていきたいところです。
理科	平均正答率は59.5%で全国値を0.8ポイント下回りました。「地球」、「物質」の分野は全国値を上回りましたが、「エネルギー」、「生命」の分野では下回りました。実験観察等の結果は身につけてきましたが、さらに新たに調べ分析することに課題が見られました。	実験や観察を通して基礎的知識を定着させるとともに、判断の根拠や理由を説明できる力や、他人の予想や考察を理解して、それをもとにして考えを構築できる力を育みたいところです。

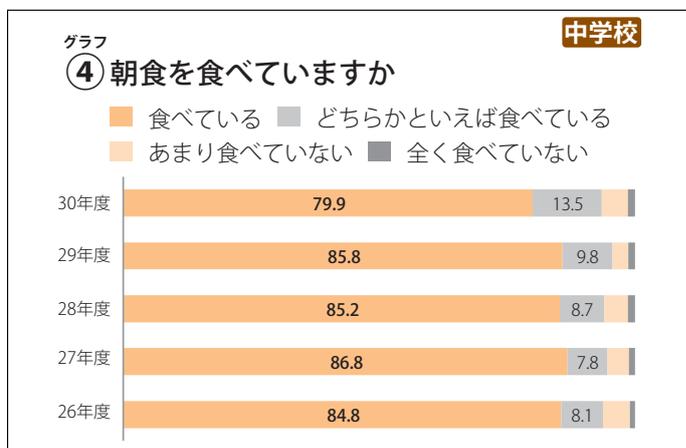
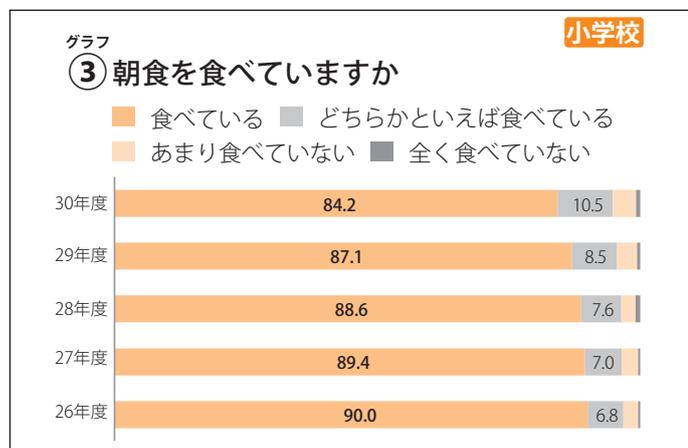
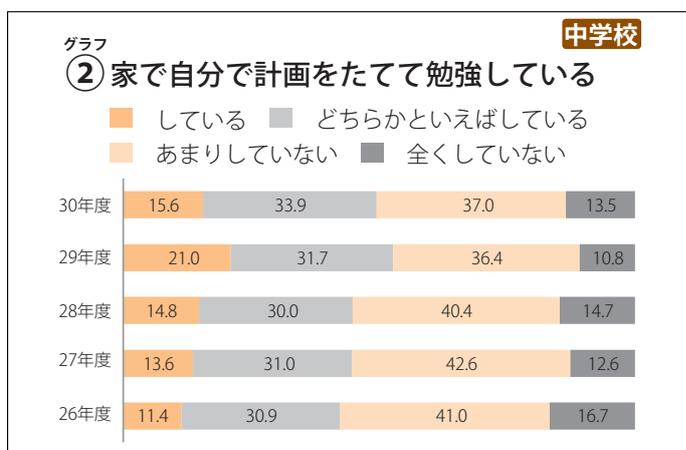
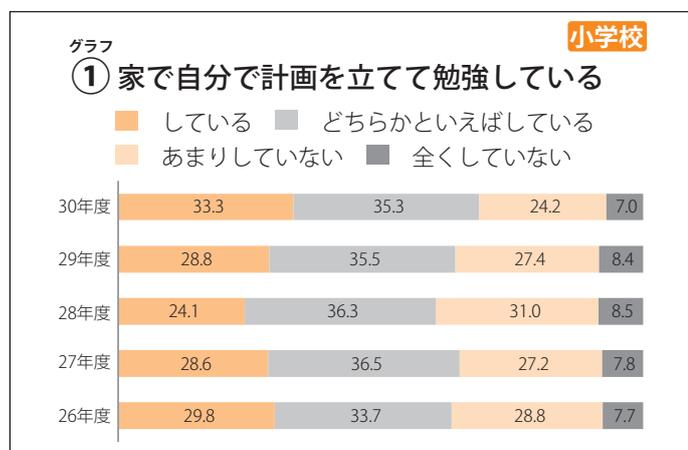
### 中学3年生

教科	現状と課題	今後に向けて
国語	平均正答率は、知識分野75.2%、活用分野59.8%で、全国値をそれぞれ0.9、1.4ポイント下回りました。全領域に課題がある中で、特に「話す・聞く」、「書く」は知識、活用とも大きく下回りました。問題文が求めていることを捉える力と、読む際に情報を整理して内容を的確に捉え、関連させながら考える力に弱さが見られます。	思考力を高めるため、短時間に読み取った文章の情報を整理し、資料と統合させて理解する力が必要です。説明文と物語文では場面の展開や描写が異なることを理解して、注意深く読解して内容を捉えていくことを大切にしたいところです。
数学	平均正答率は、知識分野63.0%、活用分野43.9%で、全国値をそれぞれ3.1、3.0ポイント下回りました。表等を利用して事象の起きる確率を求める問題や、「図形」での証明問題、また、回転移動した図形を書くといった面での弱さがありました。さらに説明を数学的に記述することが苦手な様子も見られました。	数学は好きだが、最後まで解答を書く努力ができにくい生徒の状況が感じられます。式の計算や確率、図形の基礎等で、活動を取り入れるなど体感的な理解と定着を目指すとともに、家庭学習等で、自分の力で問題が解けた経験と喜びを重ねていきたいところです。
理科	平均正答率は64.5%で全国値を1.6ポイント下回りました。電流計の接続を問う問題に定着の良さが見られましたが、他の「化学的領域」や「物理的領域」には課題が見られました。実験や観察でどのような条件を設定するか、また、どのような疑問が生じたかなど、書いて説明することに弱さが見られました。	各校が実験観察に力を入れている良さがあります。その際、自ら条件を設定することを大事にするとともに、解決した課題を振り返って新たな疑問を明確に書くことができる力を培いたいところです。

## ② 生活習慣や学習習慣に関する調査

小学6年・中学3年生 共通

現状と課題	今後に向けて
<p><b>自ら計画して取り組む家庭学習を目指して</b></p> <p>家庭学習について「自分で計画を立てて勉強している」、「どちらかといえばしている」という児童・生徒が少しずつ増加する傾向が見られます(グラフ①・②)。しかし、比較的長い時間(2時間以上)学習する児童・生徒の割合は全国値に比べて少なめです。</p>	<p>朝食は、1日の学習や諸活動のエネルギー源であり、健康面からも成長期の児童・生徒に欠かせないものです。「早寝・早起き」にも心掛け、余裕を持って朝食が摂れる生活習慣づくりに保護者の皆様のご協力をお願いします。</p> <p>「家で、自分で計画を立てて勉強している」児童・生徒が年々増加してきています。比較的長い時間、学習する児童・生徒が増えてきている一方で、学習時間30分以下の割合が小学6年生で7.9%、中学3年生で10.1%もありました。</p> <p>自分で計画を立てて学習する習慣をつくるためには、毎日の家庭学習の計画が立てられていることが大切です。各小・中学校では、今年から生活学習ノート「紡ぐ」を活用し、この家庭学習の計画を学校にいる間に立てて帰宅することに取り組んでいます。より一層家庭学習が充実するためには、保護者の皆様のご理解とご協力をいただき、家庭と学校で連携していくことが必要となります。</p>
<p><b>「毎朝、朝食を食べる」生活習慣に向けて</b></p> <p>朝食を毎朝食べる児童・生徒の割合は、それぞれ84.2%、79.9%でした。これまでは全国値に比べ朝食を食べる割合が高い傾向にありましたが、経年変化を見ると減少傾向が続いています(グラフ③・④)。今年度は中学校が全国値と同様、小学校は全国値を下回る結果となったことが心配されます。</p>	



グラフの合計値は100にならない場合があります。

## ③ 確かな学力を育むために

### 変化の激しい時代を生きるための力

全国・学力学習状況調査は、児童・生徒の学力と学習状況を把握・分析して、教育施策の改善・充実に生かすことや、学校における学習状況の把握、指導方法の検証・改善につなげることを目的としています。

学力の定着と向上が図られるよう、学校では授業改善などに継続して努めていくとともに、児童・生徒がよりよい生活習慣や学習習慣を身につけることができるよう、家庭・学校・地域の連携をさらに深めていく必要があります。

市教育委員会では、これらの調査結果を有効に活用し、今後も児童・生徒の「学力向上」と将来の礎となる「豊かな心」と「生きる力」を育む施策を立案・実践していきます。





お知らせ

行政書士無料相談会

県行政書士会上田支部による無料相談会を実施します(予約不要)。

●日時 10月27日(土)午前9時～正午

●場所 中央公民館

●内容 農地転用、各種営業許可、相続、遺言、成年後見、外国人ビザ、自動車名義変更などの行政手続き

問 長野県行政書士会上田支部  
TEL25・8720

(上)生活環境課

働き方改革関連法が順次施行

2019年4月1日以降、働き方改革関連法が順次施行されます。詳細は、厚生労働省ホームページをご覧ください。

◇時間外労働の上限規制の導入

時間外労働の上限について月45時間、年360時間を原則とし、臨時的な特別な事情がある場合でも年720時間、単月100時間未満(休日労働含む)、複数月平均80時間(休日労働含む)を限度に設定する必要があります。

●施行日

●大企業／2019年4月1日

●中小企業／2020年4月1日

◇年次有給休暇の確実な取得

使用者は、10日以上年次有給休暇が付与されている全ての労働者に対し、毎年5日、時期を指定して有給休暇を与える必要があります。

●施行日 2019年4月1日

◇正規雇用労働者と非正規雇用労働者の間の不合理な待遇差禁止

同一企業内において、正規雇用労働者と非正規雇用労働者(パートタイム労働者、有期雇用労働者、派遣労働者)の間で、基本給や賞与などの個々の待遇ごとに不合理な待遇差が禁止されます。

●施行日

●大企業／2020年4月1日

●中小企業／2021年4月1日

問 上田労働基準監督署  
TEL22・0338

(上)商工課

丸子地域の下水道統合による受益者分担金

市上下水道局では、下水道事業の効率を図るため丸子地域の藤原田・荻窪・和子の3か所の農業集落排水施設について、平成31年度から公共下水道へ統合することを計画しています。

新たに下水道へ接続される場合は、接続先の公共下水道の受益者分担金が適用され、今回統合される地域では、平成31年4月1日以降1㎡当たり810円の受益者分担金を納

付していただくこととなります。不明な点は左記へ問い合わせください。

変更前	変更後
藤原田 66万円/戸	810円/㎡
荻窪 67万円/戸	
和子 55万円/戸	

問 丸子・武上下水道課  
TEL42・1128

休日集団健診 特定(国保)・若年

平日は忙しくて健診を受診できない国保加入者を対象に、特定健診の休日集団健診を実施します。また、これにあわせて30～39歳の市民を対象に若年健診を実施します。

●期日 11月4日・11日・18日、12月2日の日曜日

●受付時間 午前9時～11時

●場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ、丸子保健センター(11月11日のみ開催。10時30分まで)

●対象 今年度健診を受診していない次のいずれかに該当する方。  
●40～74歳の上田市国民健康保険加入者

●30～39歳の市民(職場等の健診機会を優先してください)

●申し込み 左記へ問い合わせください(既にはがき等で申し込みの方は不要)。

問 上国保年金課 TEL21・0052

介護休業制度

介護休業制度は、就業規則になくても取得でき、対象家族1人につき、通算93日、3回まで取得可能で、介護のための所定外・時間外労働および深夜業の制限ならびに所定労働時間短縮等の制度もあります。また、通院、デイケアなどへの送り迎えに利用できる介護休暇も年間5日間取得できます。なお、事業主は労働者から求められた場合、これらの支援措置を講ずる必要があります。

問 長野労働局雇用環境・均等室  
TEL026・227・0125

(上)雇用促進室

長野県保育士人材バンクの登録

県では、昨年5月に求人・求職情報を提供し保育士と保育所等の支援を行う「長野県保育士人材バンク」を開設しました。保育の仕事の求人情報、復職支援研修会情報等を提供します。また、就業中には就業継続支援を、保育士を目指している学生には相談支援を行います。保育士資格をお持ちの方は、登録をお願いします。

問 長野県保育士人材バンク  
(長野県社会福祉協議会内)  
TEL026・217・7787

(上)保育課



**問** 中小企業退職金共済制度は、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退職金共済契約を結び、月々の掛金を納付します。従業員が退職すると、機構から退職金は直接本人に支払われます。掛金は非課税で、国や市からの掛金助成があり手数料もかかりません。安心・確実な、中退共制度をぜひ活用ください。

**(独)** 勤労者退職金共済機構

## 中小企業退職金共済制度を活用ください

**問** フリーダイヤル  
0120・700・012  
(午前9時～午後10時)  
700MHz受信障害  
対策コールセンター  
TEL050・3786・0700  
**(上)** 生活環境課

## テレビ受信障害対策工事

携帯電話の新しい電波利用に伴い、テレビ映像に影響が出る恐れのある一部地域の家庭にチラシを配布(必要により訪問)する予定です。11月22日(予定)以降に影響が出た場合は、(一社)700MHz(メガヘルツ)利用推進協会が無償でテレビ受信障害対策工事を行いますので、左記へ連絡してください。

## 催し

中小企業退職金共済事業本部  
TEL03・6907・1234  
**(上)** 雇用促進室)

### 史跡めぐり

### 「須坂・小布施の史跡を訪ねて」

- 日時 11月5日(月)午前8時～午後5時(帰着予定)
- 集合・解散場所 上田駅温泉口
- 見学先 八丁鎧塚古墳、興国寺(堀直虎供養塔)、世界の民俗人形博物館・歴史的建物園、岩松院、浄光寺
- 交通手段 バス
- 定員 先着25名
- 料金 4000円(テキスト代、観覧料、保険料等含む)
- 持ち物 動きやすい服装、昼食
- 申し込み 10月23日(火)～26日(金)に、電話で左記へ。料金は、29日(月)までに直接持参してください。
- その他 急斜面を登る場所が数か所あります。

**問** 市立博物館 TEL22・1274

### サロントーク

### 「幕末の上田藩と赤松小三郎」

現在開催中の企画展「池波作品の幕末もの」に関連して、幕末の上田藩と赤松小三郎の関わりについて講演会を開催します。

● 日時 11月13日(火)午後1時30分(90分程度を予定)

● 場所 池波正太郎真田太平記館交流サロン

● 講師 尾崎行也氏(郷土史研究家)

● 定員 50名程度

● 料金 700円(お茶代含む)

● 申し込み 10月29日(月)以降、電話で左記へ。

**問** 池波正太郎真田太平記館  
TEL28・7100

## ともしび茶会

ともしびの里文化祭にあわせて、庭園の紅葉を眺め楽しみながらお茶をいただき、茶室本席と野点二席のお茶会を開催します(申込不要)。

● 日時 11月3日(土・祝)午前10時～午後3時

● 内容 企画展ギャラリートーク(10時30分)、地元写真家岡田光司さんの長野風景写真紹介スライドショー(午後1時30分)

● その他 要入館料

**問** 武石ともしび博物館  
TEL85・2474

## 介護者の会「なのはな」

● 日時 11月9日(金)午後1時30分～3時(受付1時15分)

● 場所 上田駅前ビル・パレオ2階

## 会議室

● 内容 介護教室「認知症の人とのコミュニケーション方法を学ぼう」  
「思いを伝え合う技法の基礎と実践」、介護者同士の交流会

● 講師 堀内園子氏(認知症対応型グループホームせせらぎホーム長)

● 対象 介護経験がある方

● 定員 先着50名

● 料金 無料

● 申し込み 10月22日(月)～11月8日(木)に、電話で左記へ。

**問** 高齢者介護課  
TEL23・5140

## 川西公民館まつり

日ごろの公民館活動・分館活動の様子や成果を発表し、住民の皆さんの交流を深める文化祭を開催します。

● 期日 10月27日(土)・28日(日)

● 場所 川西公民館

● 内容/日時 作品展示/27日(土)午前9時～午後4時、28日(日)午前9時～午後3時、音楽交流会「ひびけ川西の空に」/27日(土)午後1時～、舞台発表/28日(日)午前9時30分～、フリーマーケット/28日(日)午前中

**問** 川西公民館まつり実行委員会  
(川西公民館内)  
TEL22・5004



## 第32回丸子地域消費生活展

環境や消費などの問題について、各団体による展示発表やバザーなどを行います

●日時 11月17日(土)午前9時45分～午後2時30分

●場所 丸子文化会館小ホールほか  
●市民サービス課  
TEL42・1054

## あったかい輪まつりⅡ 秋の歌コンサート

【わがまち魅力アップ応援事業】

「赤とんぼ」、「月の砂漠」、「枯葉」などなじみ深い曲を聴きながら、秋のひとときを楽しみますか。

●日時 11月30日(金)午後1時30分～3時15分(開場1時)

●場所 サロンあったかい輪ホール  
(「福」まるこ福祉会きらり内)

●出演 嶋田多華子氏(ソプラノ)、東内出身)、松坂聖子氏(ピアノ)、上丸子在住)

●定員 120名程度

●料金 300円

●申し込み 電話で左記へ。  
サロンあったかい輪

TEL35・3380  
(丸地域振興課)

## ミニウーマン ミーティングin長野

県内の女性起業家と起業支援者等が「女性の起業を応援する！」をテーマに繋がり、交流する場として開催します。プチ起業や自宅開業などさまざまな起業形態の女性起業家&支援ストーリーも紹介します。

●日時 11月12日(月)午後1時～3時

●場所 サントミューゼ多目的ルーム

●内容 市の女性起業家支援施策の紹介、県内女性起業家のパネルトーク、交流タイム

●託児 あり(先着順)

●料金 無料

●申し込み 11月5日(月)までに、ホームページ(「上田市創業支援プラットフォーム」)で検索から。

●広域関東圏女性起業家等サポートネットワーク  
(受託運営/株パソナ)  
TEL03・6225・2081  
(上商工課)

## うえだ多文化交流フェスタ

展示や試食などを通じてアジア、南米など上田地域に在住する外国籍市民と共に異文化に触れ、お互いの理解と交流を深めましょう。

●日時 10月28日(日)午前10時～午後4時

●場所 中央公民館  
●内容 各国料理の試食。各国の歌・踊りのステージ。多文化交流関係団体の活動や外国籍市民の出身国などを展示で紹介。スランプリーもあります。

●料金 無料  
●上田市多文化共生推進協会  
(AMU) TEL25・2631  
(上市民課)

●出張!  
●まちなか衣料リサイクル

商店会や業者等が協力して、家庭で不用になった衣料を無料で回収し、衣料のリユース・リサイクルをします。

当日は、商店会の商品が当たるお楽しみ抽選会も行います。

●期間 11月3日(土・祝)・4日(日)

●時間 午前10時～午後3時

●場所 真田十勇士ガーデンプレイス(中央3-8-6)

●詳細 汚れ物、破損している物、下着類は回収できません。また、中身が見える状態でお持ちください。

●うえだ原町一番街商店会  
TEL25・2110  
(上商工課)

## 第24回真田の郷新そばまつり

イベント当日限定の食堂「そば処」では、真田産の新そばを販売します。また、青空市では、地域の特色を活かした食品などの販売やアトラクションがあります。

●日時 11月4日(日)午前10時～午後3時

●場所 ゆきむら夢工房  
真田の郷新そばまつり実行委員会  
TEL72・2204  
(産業観光課)

## 土と微生物のお話会

土や自然の中で循環する微生物や菌に関わる多くの著作や講演経験がある井沢正名さんが、自身で撮影した写真を交えた土と微生物の面白いお話をします。

●日時 11月3日(土・祝)午後2時～4時

●場所 豊殿地域自治センター

●講師 井沢正名氏(キノコ写真家)

●定員 50名程度

●料金 500円(申込不要)  
●稲倉の棚田保全委員会棚田ビレッジ  
TEL090・4081・3973  
(上農産物マーケティング推進室)



## お知らせ

### 第73回国民体育大会「福井しあわせ元気国体」 上田市壮行会(9月21日(金))

「第73回国民体育大会」に出場する長野県選手団568名のうち、市関係者17競技54名の壮行会が、アリオ上田で開催されました。

「日ごろ支えてくれる人のためにも頑張りたい」、「市の代表として精一杯の競技をしたい」などの力強い決意表明が選手一人ひとりからありました。また、選手らは会場に駆けつけた信州上田おもてなし武将隊から演舞によるエールを受け、会場の人たちと共に勝どきを上げました。

今年の国民体育大会は、9月29日(土)～10月9日(火)に福井県などを会場に開催されました。



### 第38回自然エネルギー 上小ネット情報交流会

自然エネルギーと省エネの啓発・実践をしている産学官連携による講演会です。

- 日時 11月10日(土)午後1時30分～3時30分
- 場所 うえだ駅前ビル・パレオ2階会議室
- テーマ 「自然エネルギーな暮らし方(バイオマスエネルギー編)」
- 演題/講師 「バイオマス資源から生み出す多用途な炭化水素物質

の生産プロセスのはなし!」

／嶋田五百里氏(信州大学講師)

「木質バイオマス2.0のニュー

熱効率と利便向上、ボイラー運転

自動化新提案!」

／川田富夫氏(うえだバイオマス

ボイラー製造企業団)

●パネルディスカッション

司会/高橋伸英氏(信州大学教授)

●料金 無料(申込不要)

●自然エネルギー

上小ネット協議会(末広)

TEL090・1533・2072

(上)生活環境課

### 室賀温泉さららの湯 菊まつり

菊愛好者の懸崖や菊人形などをぜひ鑑賞ください。

●日時 10月27日(土)～11月10日(土)

(11月8日(木)休館日)

午前10時～午後3時(土・日曜日・

祝日は4時まで)

◇野点

秋空の下、「さららの湯まんじゅう」をお供に、抹茶を味わうことができます(当日先着150名、料金無料)。

### ママたちのほっとタイム

「完璧な親なんていない」という意味のカナダ生まれの子育て中の親応援プログラム(NPプログラム)で、子育てをする仲間と話しながら、自分にあった子育ての方法を探してみませんか。

●日時 11月14日～12月19日の毎週

水曜日午前10時～正午(全6回)

●場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ2階

●対象 38歳以上で第一子を出産した方の就園前のお子さんと保護者

●定員 先着10名(託児あり)

●料金 無料

●持ち物 ティータイム用カップ、お子さんに必要なもの(飲み物、おむつ、バスタオル等)

※持ち物には記名をお願いします。

●申し込み 10月22日(月)～11月2日(金)に、電話で左記へ。

中央子育て支援センター

TEL26・3096

●日時 11月3日(土・祝)午前10時～午後2時

室賀温泉さららの湯

TEL31・1126

(上)農政課

### 講座・教室



## 男性のための 簡単バランス食を学ぶ料理教室

簡単にできる主菜、副菜、汁物のバランスの良い料理をつくり肥満・生活習慣病の予防をしましょう。

- 日時 11月17日(土)午前10時～
  - 場所 市民プラザ・ゆう料理室
  - 対象 市内在住・在勤の男性
  - 定員 先着15名
  - 料金 600円程度(材料費込)
  - 持ち物 エプロン、三角巾
  - 申し込み 10月19日(金)～11月9日(金)に、電話で左記へ。
- 問 市民プラザ・ゆう  
TEL 27・2988

## ストレッチングス・トーク® ワークショップ

児童精神科医師が考えた、子どもの日常的な行動の中の「隠れた強み」を見つめるコツや遊び方を学びます。ストレッチングス・トーク® 研究会認定ファシリテーターによる少人数のグループワークです。

- 日時 11月13日(火)・28(水)、12月6日(木)午後1時～3時(全3回)
- 場所 ぱれっとハウス(福)まるこ福祉会きらり内)
- 対象 子育て中および発達障がい児の保護者など
- 定員 先着8名
- 料金 1000円/回(資料代)
- 持ち物 筆記用具など

- 申し込み 10月22日(月)～11月11日(日)に左記へ
- その他 託児については要相談

問 子育て応援団ぱれっと  
TEL 090・8329・3494  
(E 学校教育課)

## 求職中の若者のための パソコン講座

- 日時 10月27日(土)～30日(火)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2-13-4 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歳の求職者
  - 定員 先着6名
  - 料金 無料
  - 申し込み 10月22日(月)以降、電話で左記へ。
  - その他 10月26日(金)午前10時～開催の受講説明会への参加必須。
- 問 若者サポートステーション・シナノ  
TEL 75・2383  
(E 雇用促進室)

## 定年退職前後の手続き セミナー

- 日時 11月17日(土)午前9時30分～
- 年金申請、健康保険切替、雇用保険受給手続、再雇用等について説明します。

- 正午
  - 場所 勤労者福祉センター
  - 講師 横沢宏和氏(社会保険労務士)
  - 定員 20名程度(料金無料)
  - 申し込み 11月15日(木)までに、電話で左記へ。
- 問 雇用促進室 TEL 24・7363

## まちなか忍者けん玉教室

- けん玉をテーマに忍者修行教室を開催します(荒天中止)。
  - 日時 11月4日(日)午前10時～(2時間程度)
  - 場所 真田十勇士ガーデンプレイス、中心商店街
  - 内容 忍者衣装を着用し、忍者けん玉個人技と団体技の習得、忍者けん玉リレー競走、商店街での修行など。
  - 講師 清水悟氏(上田けん玉クラブ)
  - 対象 小学生以下
  - 料金 無料(当日受付)
  - 持ち物 カラーTシャツ、けん玉(貸出あり)
  - その他 参加者には参加賞を呈呈します。
- 問 上田商工会議所  
TEL 22・4500  
(E 商工課)



## お知らせ

### いぶり 平成30年北海道胆振東部地震災害 義援金を受け付けています

9月6日(木)に北海道胆振東部で発生した地震において被災された方々を支援するため、募金箱を設置し、義援金を受け付けています。

被災された方々が、一日も早く平穏な生活を取り戻すことができるよう、市民の皆様のご支援をお願いします(義援金は、日本赤十字社を通じて被災地へ届けられます)。

**募集期間** 平成31年3月29日(金)までの  
平日8:30～17:15

**設置箇所** 本庁舎1階、各地域自治センター、  
ひとまちげんき・健康プラザうえだ

**問** 上 福祉課 TEL71・8081



## わたしたちの 地域マップをつくる

スマートフォンを使った地域の情報発信にチャレンジする市民向け講座です。詳細は、専用ホームページ (<https://mmdh.net/koza/>) をご覧ください。

●日時 11月11日(日)・23日(金・祝)、  
12月1日(土)・8日(土)午後1時～4  
時30分(全4回)

●場所 まちなかキャンパスうえだ  
(中央2-5-10丸陽ビル1階)

●講師 前川道博氏・市川正夫氏(長野大学教授)、水島久光氏(東海大学教授)、M・モリス氏(千葉大学教授)ほか

●定員 先着20名(料金無料)

●その他 一回のみの受講も可  
●申し込み 10月22日(月)以降、電話、FAX、メールで左記へ。  
まちなかキャンパスうえだ  
TEL/FAX 75・0065  
✉ info\_mcu@email.plata.or.jp  
(上 政策企画課)

## 職業訓練センター JWICAD講座

JWICAD初級・中級講座を開催します(全9日)。

●日時 11月1日(木)～22日(木)の火・  
木曜日の午後6時30分～午後8時  
30分

11月10日(土)・17日(土)午前9時～正午

## 募集

### 放課後児童クラブ 職員募集

放課後や学校休業日に専用施設で児童の生活や遊びを支援・援助する仕事です。雇用主は市が運営を委託している指定管理者です。現在、次の指定管理者が運営する学童保育所で職員を募集しています。申込等詳細は、指定管理者へ問い合わせください。

●学童保育所たんぽぽ運営委員会  
(城下小学校区)／学童保育所たんぽぽ分室ふれんど

**問** 上 学校教育課 TEL 23・5195  
TEL 27・2051

●対象 パソコンの基本操作ができる方  
●定員 先着8名(最少催行人数3名)  
●料金 雇用保険加入者・求職者1万円(要件有)、その他の方2万円(テキスト代含む)  
●持ち物 筆記用具、パソコン(自分のパソコンを使用したい方)  
●申し込み 10月19日(金)以降、電話で左記へ。

**問** 上 地域高等職業訓練センター  
TEL 75・7690  
(上 雇用促進室)



## パブリックコメント (意見公募)

市内文化財の保護と活用のマスタープランとなる「上田市歴史文化基本構想」の素案について、市民の皆さんからの意見を募集します。

●募集期間 11月1日(木)～30日(金) (必着)

●公表場所 市ホームページ

行政資料コーナー(市役所1階)

丸子・真田・武石地域教育事務所

生涯学習・文化財課ほか

●対象 市内在住・在勤・在学の個人または団体

●提出方法 公表場所、または市ホームページにある「ご意見記入用紙」に、住所・氏名・電話番号

を記入の上、郵送(〒386-10025 天神1-8-1上田駅前ビル・パレオ5階 生涯学習・文化財課宛)、FAX、メール、または直接左記窓口へ(匿名・電話不可)。

●意見の公表 提出された意見を整理・要約し、意見に対する考え方を含め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)。

●生涯学習・文化財課

TEL 23・6362

FAX 23・6368

✉shogaku@city.uedanagano.jp

## 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(8月分)。

◇信越明星株式会社様  
コンビネーション遊具ラフォーレットII  
1台/西小学校へ

◇ふるさと寄附金A～Fコース  
(5万円以上の方を紹介しています)

D上田の原風景保全整備事業  
/小山高史様

F市長におまかせ! /田中拓也様



## 平成31年度採用 上田市職員募集

●試験区分 土木、管理栄養士

●第一次試験日 11月11日(日)

●応募締切 11月5日(月)(必着)

●詳細 受験資格、募集人員等の詳細は市ホームページをご覧ください。

●総務課 TEL 23・5332

## 花の百名山根子岳 ササ刈りボランティア募集

根子岳の在来山野草を回復させるなど、植生保護活動のため皆さんで楽しくササ刈りをお願いします。ササ刈り後は、山頂まで登り筑波大学の田中健太准教授による「根子岳ミニレクチャー」を行います。

●真田中央公民館

TEL 72・2655

●申し込み 10月25日(木)までに、電話で左記へ。

●対象 山頂まで登山できる方

●持ち物 飲み物、昼食、雨具、防寒具、登山用の靴、刈り払い機(お持ちの方)

●日時 11月3日(土・祝)午前8時30分～(午後5時帰着予定)

●雨天時は4日(日)に順延

●集合場所 菅平高原国際リゾートセンター





## 道路沿いの危険なブロック塀等除却に補助します

ブロック塀等のような私有財産は、所有者の責任において管理し、倒壊による通行人の被害を未然に防止し、その安全を確保することが基本ですが、市では、安全安心のまちづくりを目的として、危険なブロック塀等の除却に補助金を交付します。

### ◆補助対象となるブロック塀等

次の(1)および(2)の要件を満たすブロック塀等(道路に面する全てのブロック塀等を除却する場合に限る)。

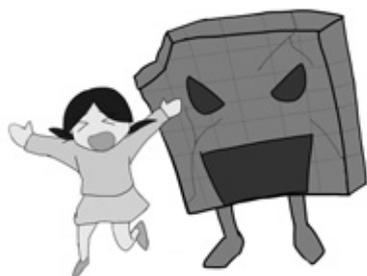
#### (1)いずれかの道路に面するブロック塀等

- 国道・県道・市道で幅員4m以上の道路。
- 建築物が立ち並んでいる幅員4m未満の道で市が指定した道路。
- 児童または生徒が小・中学校に通うために使用する道路または道。

#### (2)いずれかに該当するブロック塀等

- 損傷、腐食その他の劣化が進み、そのまま放置すれば著しく保安上危険となるおそれがあるブロック塀等。
- 建築基準法施行令で定める基準に適合しないブロック塀等で道路面からの高さが1mを超えるもの。

上記以外でも、災害の発生により倒壊のおそれがあり、かつ、通行人に対し危険な状態であると市長が認めたブロック塀等は、補助対象となります。



### ◆補助金の額

- 除却するブロック塀等の合計長さ1m当たり1万円(基礎の除却を含まない場合は、7,000円)を乗じて得た額と工事費の見積額のいずれか少ない額の2分の1以内(補助限度額10万円)。

### 【参考例】

市道に面する 高さ1.2m 長さ10.0mのブロック塀基礎も除却

- 1万円×10.0(m) = 10万円 …………… ①
- 見積額6万円…………… ②

①②を比較し、いずれか少ない額の2分の1以内なので6万円×1/2 = 3万円(補助金額)

### ◆交付対象者(次の全てを満たす方)

- ブロック塀等の土地の所有者。
- 市税の滞納のない方。
- 4m未満に面するブロック塀を除却する場合、建築基準法に定める道路境界線とみなされる線までの部分の敷地について原則として、市に寄附すること

### ◆注意事項

- 必ず工事着手前に、補助対象となるか下記へ相談してください。
- 補助金交付決定前に、契約およびブロック塀等の除却に着手した場合は、補助金の交付が受けられません。
- ブロック塀等の除却後に、転倒のおそれがある塀を新たに設けることはできません。

### ◆申し込み

事前に電話等で相談の上、申込書(下記窓口、市ホームページからダウンロード可)を直接下記窓口へ。

問 建築指導課 TEL23・5430

# 健康・スポーツ ひろば



## 第15回塩田平健康ウォーク

全国ため池百選に選ばれた、ため池群や塩田平の札所、旧跡を楽しく歩きませんか。各所でボランティアガイドの説明もあります。

**日時** 11月10日(土) 8:30~12:30

**集合場所** 塩田公民館

**コース** 塩田公民館→中野前池→上平池→法樹院→坂東三十三番観音→県宝金王石造五輪塔→龍昌院→共有池→中野の道祖神→末木薬師→滝沢寺→犬飼精兵衛の碑→塩田公民館(約7km)

**持ち物** 飲み物、帽子、雨具、筆記用具、健康保険証、ごみ袋

**申し込み** 11月7日(水)までに、電話で下記へ。

**問** 塩田公民館 TEL38・6883

## 小学生チャレンジスポーツ教室④ タグラグビー

楕円形のボールを持って走り、腰に付けたタグを取ったり取られたり。キックもタックルもない安全で楽しいラグビーの体験教室です。

**日時** 11月17日(土) 10:00~12:00(受付 9:30~)

**場所** 川辺小学校体育館

**対象** 小学生と保護者

**定員** 先着40名

**料金** 小学生500円、保護者200円  
(大人のみの参加は不可)

**持ち物** 上履き、タオル、飲み物

**申し込み** 10月22日(月)~11月14日(水)の平日 9:00~17:00  
に、電話で下記へ。

**問** クラブUSC TEL26・5320

(☎ スポーツ推進課)

## ポールを使って歩く健幸ウォーキング in上田城跡公園



信州上田ノルディックウォーキング協会のインストラクターによる講習(約30分)の後、上田城跡公園まで、体力に応じた距離を歩きます。

(雨天時は中央公民館で行います)

**日時** 11月25日(日) 9:00~(受付 8:30~)

**集合場所** ひとまちげんき・健康プラザうえだ

**定員** 20名程度

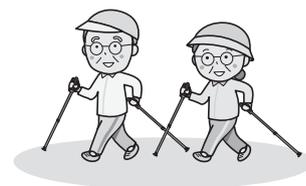
**持ち物** 飲み物、帽子、タオル、室内靴(雨天時用)、ウォーキングポール(レンタルあり)、その他ウォーキングに必要なもの。

手に荷物を持たずポールを持って歩ける服装でお越しく下さい。

**申し込み** 11月5日(月)~15日(木)に、電話で下記へ。

**問** ☎ 健康推進課 TEL28・7123

当日のみ/信州上田ノルディックウォーキング協会  
事務局 TEL24・1812



## 元気体操&シナプソロジー教室

ご当地体操の「<sup>けんどう</sup>信濃の国上田健幸体操」をした後、シナプソロジーという脳活性化プログラムで楽しく脳とカラダを動かしましょう!

**日時** 11月7日(水) 10:00~11:30

**場所** 真田総合福祉センター 2階大会議室

**講師** 市川光太氏

(シナプソロジーアドバンスインストラクター)

**定員** 先着20名 **料金** 500円

**申し込み** 10月24日(水)以降、下記へ。  
(14:00~、火曜定休日)

**問** さなだスポーツクラブ TEL72・2657

(☎ 教育事務所)



このマークは、健康チャレンジポイント対象事業です。

定員、料金の記載がないものは、「定員なし」、「無料」です。

## バレトン教室

有酸素運動と筋トレ・ヨガの要素があります。少々きついトレーニングですが、汗を流して心身ともに爽快になります。爽やかに一週間をスタートしましょう。

**日時** 11月5日・12日・19日の月曜日  
10:00～11:00(全3回)

**場所** (有)池田商事(神川小学校横)

**講師** 河西陽子氏

(バレトンソールシンセシスインストラクター)

**定員** 先着10名

**料金** 3,000円(全3回分)

**持ち物** タオル、飲み物、

**申し込み** 10月22日(月)以降の平日 9:00～17:00に電話で下記へ。

**問** クラブUSC TEL26・5320  
(☎ スポーツ推進課)

## 第6回上田市児童育成夢カップ バレーボール大会

児童の交流やバレーボールの普及を目的とした大会です。

**日時** 11月17日(土) 9:00～(受付 8:00)

**場所** 上田城跡公園体育館・第二体育館

**内容** 小学生特別ルールによる6人制バレーボール

**対象** 市内在住または在学の小学生で編成された育成会・自治会単位のチームおよび、県小学生バレーボール連盟登録の5年生以下で編成されたチーム。(男女混成チーム可)

**料金** 2,000円/チーム(当日徴収)

**申し込み** 11月6日(火)までに、所定の申込書を郵送で(〒386-1324 五加697-5 小福田洋宛)。(FAX不可)

**問** うえだバレーボール協会(青木) TEL090・4591・1178  
(☎ スポーツ推進課)

## 介護予防体操



**期日/場所** ①11月1日(木)・20日(火)/高齢者福祉センター  
②11月16日(金)/武石公民館  
③11月19日(月)/真田老人福祉センター  
④11月20日(火)/丸子ふれあいステーション

**期間** ① 11:00～12:00、②③④ 10:30～11:30

**持ち物** 飲み物(④のみ敷物と上履き)

**問** ☎ 高齢者介護課 TEL23・5140

## 楽々サイクリングサークル

どなたでも、どんな自転車でも参加できるお気軽サイクリング! 塩田平を中心とした景色や自然を楽しみながら約2時間のコースをゆっくりと走ります。

**日時** 毎月第2・第4金曜日 9:30～11:30

**集合場所** うえだミックススポーツクラブ事務所

**料金** 600円/回

**持ち物** 自転車、ヘルメット(お持ちの方)

**問** うえだミックススポーツクラブ TEL71・5392  
(☎ スポーツ推進課)



## 第25回塩田の郷杯マレットゴルフ大会

**日時** 11月3日(土・祝) 8:00～13:00

**場所** 塩田の郷マレットゴルフ場(前山2400-1)

**定員** 先着150名

**料金** 1,500円(入場料、賞品代、保険料含む)

**申し込み** 10月21日(日)～29日(月)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/FAX39・4455  
(☎ スポーツ推進課)

# 施設イベント

## マルチメディア 情報センター

TEL39・1000

### クリスマスボックスを作ろう！

ペーパークラフトでギフトボックスを作り、12月15日(土)・16日(日)のクリスマスイベントでプレゼントを入れてもらおう！

**日時** 11月24日(土)・25日(日) 10:00～16:00

**対象** 未就学児～中学生

### パソコンで年賀状を作ろう

パソコンで年賀状作成ソフトを使って、宛名の印刷や文面のデザインの仕方を学び、年賀状を作る講座です。

**日時** 11月30日(金)・12月1日(土) 13:30～16:00

※どちらか1日

**対象** 文字入力のできる方

**定員** 先着各20名(最少催行人数5名)

**料金** 2,000円(年賀状作成ソフト代含む)

**申し込み** 11月9日(金)以降、電話で。

## 上田情報 ライブラリー

TEL29・0210  
火曜日休館

### 絵本だいすきっ子集まれ～「おはなしの会」

読みの会「稲穂」の皆さんによる絵本の読み聞かせです。

**日時** 11月3日(土・祝) 11:00～11:30

**内容** 紙芝居「とりのみじっちゃん」ほか

### 大人が楽しむ朗読の会

物語の朗読などを通じて、黙読とは違う「ことば」の楽しさを味わいませんか。「表現を楽しむ会」の皆さんが、物語の世界へ案内します。

**日時** 11月3日(土・祝) 18:30～20:00(開場 18:15)

**内容** 夏目漱石作「夢十夜」より「第九夜」、向田邦子作「娘の詫び状」、シエル・シルヴァスタイン作「村上春樹訳「大きな木」(チェロ演奏つき)ほか

**対象** 18歳以上の方

### 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** 11月21日(水) 18:30～20:10(開場 18:20)

**テーマ** 変化を生み出す「こころ」の習慣

なりたい自分になる！未来を開く習慣づくり

## 上田情報ライブラリーの続き

**講師** なかざわたけし 中澤武氏(哲学者)

**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(お持ちの方)

**申し込み** 11月4日(日)以降、電話で。

### 女性のための健康講座とヨガ教室

前半は、肩や足を伸ばす「体が軽くなるリセット体操」を、後半はヨガで体を整えます。

**日時** 11月19日(月) 18:30～20:00

**場所** 上田駅前ビル・パレオ 2階会議室

**講師** かみおみちこ 神尾みち子氏(日本ヨガ振興協会講師)

市健康推進課健康運動指導士

**定員** 先着30名

**持ち物** ヨガマット(バスタオルも可)

**申し込み** 10月26日(金)以降、電話で。

### 講座「地域の文化を支えた人々 Part 8」

#### 第6回「医師・小説家 まさき ふじよきゅう 正木不如丘」

医師で小説家の正木不如丘について、お聞きします。

**日時** 11月24日(土) 13:30～15:00

**講師** あらかわ 荒川じんぺい氏

(旧富士見高原療養所資料館館長)

**定員** 先着30名 **料金** 100円(資料代)

**申し込み** 10月26日(金)以降、電話で。

### 『信濃国小県郡年表』再復刻版刊行記念市民講座 第3回「信濃国分寺と寺社」

『信濃国小県郡年表』の再復刻版刊行に合わせ、郡年表の内容に触れながら、最新の研究成果を発表します。

**日時** 12月1日(土) 13:30～15:00

**講師** くらさわまさゆき 倉澤正幸氏(元市立博物館館長)

**定員** 先着30名

**申し込み** 10月24日(水)以降、電話で上田ケーブルビジョンへ(TEL23・1600)。

## 上田図書館

TEL22・0880  
月曜日休館

### 「歩いて知る上田図書館の歴史」

上田図書館周辺を歩いて土地の歴史について学んでみませんか。

**日時** 11月17日(土) 10:00～12:00

**集合場所** 上田図書館

**講師** まるた 丸田ハツ子氏(社会教育大学)

**定員** 先着20名 **料金** 100円(保険代)

**持ち物** 筆記用具、飲み物、歩きやすい服装

**申し込み** 10月23日(火)～11月13日(火)に、電話または直接窓口へ。

① 料金、申し込みの記載がないものは、「無料」、「申込不要」です。  
② 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。

↓ サントミュージゼの続き

**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(まだ着られる、使えるものに限る)を回収します。ビニール袋に入れてお持ちください。

**日時** 11月2日(金) 10:00～12:00

**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。

◇**着物からショルダーバッグ作り**

**日時** 11月8日(木)・15日(木) 10:00～15:00  
**料金** 100円/回(材料費別途)  
**持ち物** 着物(ほどいて)、裁縫用具、型紙用紙、裏用布、20cmと30cmファスナー、昼食

◇**布ぞうり作り**

**日時** 11月5日(月)・12日(月) 10:00～15:00  
**料金** 130円/回  
**持ち物** 浴衣等木綿の布、30cmものさし、はさみ、昼食

◇**共通事項**

**定員** 先着各8名  
**申し込み** 11月1日(木)以降、電話で。

**サントミュージゼ**

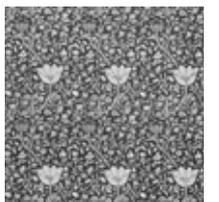
交流文化芸術センター TEL27・2000  
市立美術館 TEL27・2300  
火曜日休館

**「ウィリアム・モリス  
英国の風景とともにめぐる  
デザインの軌跡」展関連企画**

**【ギャラリートーク】**

担当学芸員による見どころ解説

**日時** 10月28日(日) 11:00～  
**参加方法** 展覧会観覧券をお求めください。



ウィリアム・モリス 《メドウエイ》  
Photo ©Brain Trust Inc.

**群馬交響楽団上田公演－2018秋－関連企画  
群響メンバーによる室内楽演奏会**

**日時** 10月22日(月) 19:00～20:00(開場 18:30)  
**場所** 西部公民館大ホール  
**内容** ラフマニノフ/弦楽四重奏曲第1番よりロマンス ほか  
**出演** 山本はづき・原美和子(ヴァイオリン)、太田玲奈(ヴィオラ、上田市出身)、長瀬夏風(チェロ)  
**料金** 500円(中学生以下無料。全席自由。未就学児入場不可。当日券のみ)



**美術をもっと楽しもう！**

**なるほど!?美楽「かんたん手織り体験」**

“美術をもっと楽しもう！”をテーマに開催する「なるほど!?美楽」。第6回は、スチレンボードを使ってオリジナル織り機をつくります。自分でつくった織り機を使って、織物体験を楽しもう！

**日時** 11月11日(日) 10:00～15:00  
**場所** 市立美術館子どもアトリエ  
**対象** 小学3年生以上  
**定員** 24名(応募者多数時は抽選)  
**料金** 800円  
**申し込み** 10月29日(月)～11月4日(日)に、サントミュージゼホームページ問合せフォーム市立美術館宛に必要事項を記入、または申込用紙(同ホームページに掲載)をFAXで市立美術館へ。

**信州国際音楽村**

TEL42・3436

**信州国際音楽村女子会2018秋**

童謡、唱歌など一緒に楽しく歌い交流する女性向けのイベントです。

**日時** 10月27日(土) 11:00～  
**出演** ナビゲータ/  
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名程度  
**料金** 3,000円(食事代含む)



**丸子公民館**

TEL42・3147

**第37回丸子四季の里総合文化祭**

丸子文化協会加盟団体による総合文化祭です。

**内容/日時** ①総合美術展/10月31日(水)～11月3日(土・祝) 9:00～17:00(3日は15:00まで)  
②丸子地域芸能祭/11月3日(土・祝) 9:30～15:00  
③華道展/11月2日(金)・3日(土・祝) 9:00～17:00(3日は15:00まで)  
④お茶会/11月3日(土・祝) 10:00～15:00  
⑤丸子洋らん展/  
10月28日(日)～11月3日(土・祝) 9:00～17:00(初日は10:00～。3日は13:30まで。)  
**場所** 丸子文化会館  
**料金** ④のみ300円

短歌

小宮山 久子 選

入選

被災者には済まないけれど台風の降雨期待し蕎麦の種播く  
「ヒロ、ヒロ」と小鳥のように呼んでいた父さんもう一度天国から呼んで  
嵐来る嵐来るとのよび掛けに菊の支柱を一本ふやす

佳作

命を守ってくださいとアナウンサーが繰り返し返す今夏の暑さは何の前触れ  
ぼく飛べたホラあの枝へ わたしもよ 早朝の芝生に集う小雀  
行きずりの少年の放つ「こんにちは」あわてて応へ心温もる  
譲渡会のケージの中の黒き猫助け呼ぶがにわが目をみつむ

〈選者評・一首目〉 各地で大雨、台風の被害が甚大だった今年の夏だが、上田地方は雨がなく、秋の種まきが中々できなかった。そのような中で農に携わる人の思いが率直に詠われている。  
〈選者詠〉 大雨も台風もなき幸ひにみのり穂こし姿よく垂る

俳句

島田 洋子 選

入選

難聴や鳴かぬとんぼのいとほしき  
炎天や落語家扇子翳しゆく  
夕顔の実の透き通る朱塗り椀

佳作

不意をつく悲しみ汗と拭ひけり  
飲み干せしグラスの底に月ゆがむ  
涼しさを降らす葉擦れの大襦  
蛸に急かされ終う農作業  
夏草の刈らるる青き匂いなり  
帰省子の寝息や蚊遣り揺らぎあり  
手火花に仄かに浮かぶ笑顔かな  
川底の砂に水紋深涼し  
千曲川火花の色を流しおり

〈選者評・一句目〉 難聴により、聞こえぬと思う努力は大変なことなのでしょう。声たてぬトノボの静かな動きに癒される作者の心情がしみじみと伝わってくる。

選者吟

きりぎりす灯に来る羽虫啜へをり

下和子 山本 進  
大屋 竹内 啓子  
野 竹 北澤 芳子

浦野南地 羽生田めぐ美  
大手 金井 博子  
上田原 戸塚 弘之  
鈴 子 甲田 隆登

川柳

齊藤 俊酔 選

入選

足で椅子引き寄せている長電話  
前向きと言いつつ愚痴がこぼれ落ち  
核心を突かれたじろぐ高い鼻

佳作

水遣りに応え朝採り瓜の美味  
古都の秋歴史のロマンなぞる旅  
お砂場に明日の続き待つバケツ  
もぐり込むごとく涼風人助け  
黄金色稲穂の波が重たそう  
眼の前の物を探して苦笑い  
ご先祖に元氣知らせる盆踊り  
喧騒な子等の声なく散る花火  
風鈴に暑さ忘れて癒される

〈選者評・一句目〉 その場の状況が手に取るようにわかり、思わず笑いました。川柳の表現は自由です。このように詠み手を和ませる句、面白いですね。

選者吟

風運ぶ秋の夜長の祭り笛

選者のコラム



川柳担当選者 齊藤俊酔氏

スランプと言う言葉をよく耳にしますが、川柳にも言えるかと思えます。私は、自分の句に納得が行かない事や、川柳大会で全没になった事もあります。かといって解決の方法も分からず、内心イライラする事が

ありました。そんな時、私は大先輩から「よくよく考えても始まらないよ。今日は選者の先生と肌が合わなかったなと思えば、気が楽になるもんだ」と言われ変に胸に落ちました。そこで、自分の句に一喜一憂するのではなく、川柳を通して知り合った人達を大切に、常に視野を広げ、心に余裕を持って、川柳と向き合えるよう心掛けて行こうと決めました。皆様は如何でしょうか。

12月号の投稿方法

- 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(未発表作に限る)。
- 添削を希望する場合は、往復はがきにご自分の宛先を記載の上、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 交流文化スポーツ課宛
- ◆締め切り 10月31日(木)必着

☎ 交流文化スポーツ課 TEL75・2005

# 11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)

**丸子** 丸子保健センター

**真田** 真田保健センター

**武石** 武石健康センター

**持ち物** 母子健康手帳、該当する健康診査票。※各健診・教室の持ち物は、保健ごよみをご覧ください。

◆**上田地域にお住まいの方**  健康推進課 TEL23・8244

項目	対象者	実施日	会場	受付			
健診	4か月児	30年6月16～30日生	1日(木)	上田	12:30 ～ 13:30		
		30年7月1～15日生	20日(火)				
		川辺・泉田・塩田・川西の30年6月生	13日(火)			川西	
	1歳 6か月児	29年4月16～30日生	7日(水)			上田	
		29年5月1～15日生	21日(水)			上田	
		塩田・川西の29年3月16日～5月15日生	27日(火)			塩田	
教室	2歳児 歯科	28年8月1～15日生	14日(水)	上田	12:30 ～ 13:15		
		28年8月16～31日生	29日(木)				
	3歳児	27年10月1～15日生	2日(金)			上田	12:30 ～ 13:30
		27年10月16～31日生	16日(金)				
教室	7か月児	30年3月16～31日生	6日(火)	川西	9:30 ～ 9:45		
		30年4月1～15日生	20日(火)				
		川辺・泉田・塩田・川西の30年4月生	22日(木)			川西	
	おたんじょう	29年11月1～15日生	14日(水)			上田	
		29年11月16～30日生	30日(金)				
		塩田・川西の29年11月生	28日(水)				塩田

市内委託医療機関(個別)

健診	10か月児	29年12月16日～30年1月15日生	11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	30年6月生	1日(木)	丸子	
	10か月児	30年1月生	16日(金)		
教室	1歳 6か月児	29年4月生	6日(火)		
	3歳児	27年9月1日～10月15日生	9日(金)		
教室	7か月児	30年4月生	22日(木)		9:30 ～ 9:45
	おたんじょう	29年10・11月生	20日(火)		

◆**真田地域にお住まいの方** 真田保健センター TEL72・9007

項目	対象者	実施日	会場	受付
健診	10か月児	29年12月～30年1月生	14日(水)	真田
	2歳児 歯科	28年8～10月生	21日(水)	
教室	7か月児	30年4月生	28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	30年6月生	1日(木)	丸子
	10か月児	29年12月～30年1月生	15日(木)	
教室	1歳 6か月児	29年4・5月生	武石	12:40 ～ 13:00
	3歳児	27年8～11月生		
教室	7か月児	30年3～5月生	26日(月)	9:30 ～ 9:40

子育て情報④

**外出時に便利!**

赤ちゃんステーションをご利用ください



 子育て・子育て支援課  
TEL23・5106

赤ちゃんステーションは、乳幼児を連れた保護者が、外出中に授乳やおむつ替えなどに立ち寄ることができる場所です。商店、事業所や一部の公共施設などで、協力いただけるスペースが市内には77か所あり、授乳やおむつ替えができるスペースとミルク用のお湯の提供をさせていただきます。赤ちゃんステーションがある所にはこちらのマークがあります。ぜひ、ご利用ください。



◎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)※休日:8月14日～16日、12月30日～1月3日

# 11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 生活環境課 TEL22・4140
市民相談/多重債務相談		13:00～16:00			
法律相談	9日(金)・30日(金)	13:00～16:00	市役所(本庁舎)	事前に電話で	生活環境課 TEL22・4140
行政相談	13日(火)	10:00～15:00	中央公民館	不要	
土地境界問題/登記法律相談/不動産鑑定相談	8日(木)	13:00～16:00	市役所(西庁舎)		
マンション管理士によるなんでも相談	28日(水)				
行政相談/登記・法律相談	21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	長野地方法務局 上田支局	不要	長野地方法務局上田支局 TEL23・2001
	8日(木)	13:00～16:00	駅前ビル・パレオ 2階会議室		人権男女共同参画課 TEL23・5393
女性弁護士による法律相談	8日(木)・22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			TEL27・3123
	毎週木曜日 10日(土)・24日(土)	10:00～17:00			
もの忘れ・認知症相談	6日(火)・20日(火)	13:30～17:00	市役所(東庁舎)	事前に電話で	高齢者介護課 TEL23・5140 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
	13日(火)		丸子ふれあいステーション		
ひきこもり相談・こころの相談	相談の上決定		ひとまぢげんき・ 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	ひとまぢげんき・ 健康プラザうえだ	不要	子育て・子育て支援課 TEL23・2000
児童生徒の教育相談					教育相談所 TEL27・0241
発達相談					8:30～17:15
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		上田 情報ライブラリー	事前に電話で	TEL29・0210
ISOの進め方・活用相談					
わが子の就職等相談会	毎週月曜日	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
若者のための仕事何でも相談	毎週月・木・金曜日				
求職・労働相談	毎週月～木曜日 (祝日除く)	9:00～12:00	雇用促進室 (勤労者福祉センター)	事前に電話で	雇用促進室 TEL24・7363
生活・就労相談	毎週月～金曜日 (祝日除く)	9:30～17:00	社会福祉協議会 (ふれあい福祉センター)	不要	まいさぼ上田(生活就労支 援センター) TEL71・5552 (福祉課)

## 9月18日現在の 不用品交換情報

問 エコ・ハウス  
TEL23・5144

不用品の紹介は1回につき1件まで。ゆずりたい方とゆずってほしい方双方の責任により利用していただきます(料金無料)。

- ゆずります 犬小屋(大型犬用)/チャイルドシート/三輪車/ハイローチェア/七五三着物(7歳女兒)/電動ベッド/折り畳みベッド/クーラーボックス/コック付ポリタンク/木綿わた/座布団/掛け布団/エレクトーン
- ゆずってください 電気カーペット(8畳・10畳)/フルート/ベビーサークル/女兒服(3歳用)/アイロン/洗濯機/掃除機/CDプレーヤー

※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。



## フードドライブ

問 NPO フードバンク信州  
TEL026・219・3215  
(福祉課)

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 11月3日(土・祝) 10:00～11:30
- 場所 ひとまぢげんき・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、一か月以上あるもの
  - 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・デリシア上田川西店
- 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 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。