

広報

さなだまち

NO.366

2004

2

特集

プラごみだつて洗つてほしい

久しぶり、元気？

1月11日、文化会館で平成16年の成人式が行われました。今年町の新成人は、253人。式では新成人実行委員の企画で、恩師からのビデオレターや、中学校時代の写真がスクリーンに映され、「わー懐かしい」という声ももれていました。





介護保険料はどうなるのか？

平成12年度から始まった介護保険制度。介護サービスの利用も年々増え、介護保険から支出する保険給付費も全国的に増加し、真田町でも毎年1割近く伸びています。

保険給付費は、その50%を公費（国、県、市町村の負担金など）で、残りの50%を介護保険料で賄うこととなっています。つまり保険給付費が増加すると介護保険料も高額となっていきます。

介護保険料は、65歳以上の方が納める第1号被保険者の保険料と40歳から64歳までの方が納める第2号被保険者の保険料があります。そのうち市町村の介護保険事業で決定しているのは、第1号被保険者の介護保険料です。

第1号被保険者の介護保険料は、3年に一度見直します。



高齢者体育祭

平成15年度に1回目の改正があり、現在は第2期介護保険事業計画期間です。現在の4市町村の基準月額下表のとおりです。合併の調整方針は、合併時は現行のとおりとして、平成18年度の第3期計画期間から保険料を統一するとなつ

その18%を賄う介護保険料も上がるからです。下表のとおり高齢化率の低い上田市は介護保険料も低くなっています。

現在、町の高齢化率は23・8%。介護保険発足時は22・9%でした。現在のままですと平成17年には超高齢社会といわれる24%を超える予測されます。こうなると益々保険給付費が伸び、保険料基準月額が4000円を上回ることは確実です。

しかし合併した場合、人口規模が大幅に増え、スケールメリットが働くので高齢化率も低くなります。それにより介護保険料もある程度抑えられると考えられます。また、介護予防事業も合併によりメニューが増え充実することで、保険給付費の増加をある程度抑えられると考えられます。

4市町村の介護保険料と高齢化率

区分	真田町	上田市	丸子町	武石村
保険料基準月額	3,540円	3,098円	3,869円	3,400円
高齢化率	23.8%	20.8%	26.8%	28.4%

※介護保険料は、平成15年度から17年度の額。高齢化率は、平成15年10月1日現在。

保育サービスはどうなるのか？

保育サービスの内容や料金は、子育て家庭にとって大きな関心がある分野です。合併した場合、どのような影響があるのでしょうか。

まず保育料ですが、4市町村とも保育料の基準額に大きな差はありません。

保育料は前年の父母の所得に応じて決定されます。この税額による区分が市町村により少し違うため、保育料にも多少の違いがあります。ですから、個々の家庭により保育料が高くなる場合も安くなる場合もあります。

ただし保育料の軽減措置については、合併したほうが有利になります。現在真田町では、2人以上が同時に入園している場合、2人目が基準額の半額、3人目以降は10分の1となっていますが、合併後



は上田市の規定を適用して、2人目が基準額の40%、3人目以降は無料となります。さらに3人以上の児童がいる世帯で、第1子が小学生の世帯はそれぞれの児童の保育料がさらに半額になります。

生活スタイルに合わせて保育園を選ぶ幅が広がります。また、延長保育の料金については基本的に変わりませんが、同一世帯の第2子以降の軽減措置があるなど、安くなる世帯もあります。

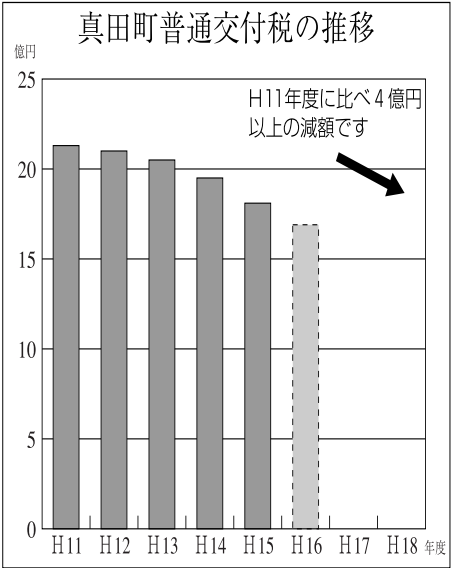
子育ての中で、食育は重要な部分であることから、給食については、合併時は現行どおり各園で調理を行い、おいしく、安全な給食を提供します。

保育園の送迎バスは、現在、さなだ保育園とそえひ保育園で運行されています。

そのほか、保育園を公立、私立とも多くの中から今まで以上に自由に選択できるようになります。延長保育についても、上田市には土曜日も午後5時30分まで受け入れている保育園もありますので、家庭の事情や通勤の都合など、

4市町村の保育園の状況（平成14年度）

項目	真田町	上田市（公立）	上田市（私立）	丸子町	武石村
保育所数	3カ所	21カ所	10カ所	7カ所	1カ所
定員	270人	1,875人	906人	630人	120人
平均入園児童数	254人	1,732人	1,018人	536人	123人
1人あたり平均保育料	21,275円	20,608円		22,121円	15,753円



普通交付税は、税収の少ない市町村でも一定の行政サービスができるように国から配られるお金のことで、町の収入の中で最も大きなものです。

自立は可能か

国・地方財政の悪化、少子高齢化等々を踏まえて、将来の町の進むべき方向を考えるとき、今の住民サービス水準を守り、さらに発展させていくためには、合併による行政改革と広域的行政が必要と考えてきました。

しかし、合併を考えると、合併しないで自立する場合のより具体的な対応策も示すべきだとの声があることから、今回は、町議会議員と町職員から経費削減・増収案を募集しました。

16年度は予想を上回る3億円の減収

国は16年度を初年度として18年度までの3年間で、補助金などを4兆円減らす。その8割を地方に移す。国から地方へ配る地方交付税を減らす。という「三位一体の改革」を進めています。16年度は1兆円の補助金を減らし、所得譲与税の創設、地方交付税の大幅な削減を行ないます。町の主な収入である普通交付税と臨時財政対策債の推移はグラフのとおりです。さらに、景気低迷による税収の落

ち込みや固定資産税の評価見直しにより、平成16年度町の収入は、今年度よりも3億円あまり少なくなります。

今後の財政見通しは

めどが立たないというのが本当のところです。しかし、傾向を見る限り町の最大の収入源である地方交付税や臨時財政対策債が今後とも減らされることはほぼ確実です。また、三位一体の改革により平成18年度までに、所得税（国税）から住民税（町税）への税源移譲が行われますが、人口規模の小さな市町村では、あまり増えません。

大幅な経費削減と住民負担増が必要

町の収入減は16年度だけで3億円、その後も三位一体の改革が続くことから、仮に5億円の収入減があった場合を想定して対応策を検討しました。

町議会議員と町職員から提案された1600項目に及ぶ

合併しない場合の経費削減増収案を考えました。

合併しない場合の経費削減・増収案			
区分	項目	経費削減額・増収額（万円）	区分計
行政経費	町長給料30%削減	470	2億360万円
	助役・収入役の廃止及び教育長の非常勤化	3,320	
	議員定数6人削減	2,220	
	議員報酬10%削減	420	
	職員数3人削減（10年間で30人）	1,800	
	一般職員給料10%削減	7,870	
	各種委員報酬10%削減	340	
	パート職員等賃金10%削減	1,400	
	庁舎清掃管理委託・清掃職員の廃止	790	
	農業委員定数削減（25名→12名）	230	
生活関連	サニアパーク、歴史館、ふるさと公園等地元管理	1,500	9,290万円
	上水道料金10%引き上げ	3,100	
	下水道料金20%引き上げ	4,000	
	ゴミ袋代100%引き上げ（1梱包600円→1200円）	1,000	
	諸証明手数料200円値上げ	200	
	渋沢線・傍陽線バス運行委託補助50%削減	680	
	合併浄化槽補助金（町単独分）廃止	310	
教育・子育て関連	学校給食費50%引き上げ	4,400	7,410万円
	保育料10%引き上げ	620	
	保育園バスの有料化	250	
	4歳以上7歳までの乳幼児医療費給付廃止	680	
	運動施設使用の有料化	500	
	スポーツ振興奨励補助金廃止	400	
	通学費補助金（小中学校・高校）廃止	560	
老人福祉関連	福祉医療費給付（町単独分）廃止	1,000	2,480万円
	寝たきり老人介護者慰労金廃止	720	
	社会福祉協議会補助金30%削減	450	
	ふれあいバス廃止	310	
地域振興関連	ふれあい真田館入館料100円値上げ	1,200	3,380万円
	森と緑やすらぎ空間整備事業交付金廃止	1,000	
	真田まつり負担金全額削減	430	
	ふれあい環境整備事業交付金廃止	750	
公共事業関連	町道補修工事30%削減	600	2,200万円
	農道・水路改修工事50%削減	300	
	道路除雪については1級町道のみとする	700	
	道路河川沿線整備事業廃止	600	
その他	固定資産税率引き上げ（1.4%→1.5%）	4,920	5,790万円
	観光振興協会補助金50%削減	400	
	商工会補助金50%削減	350	
	森林組合育成事業補助金50%削減	120	
合計		5億910万円	

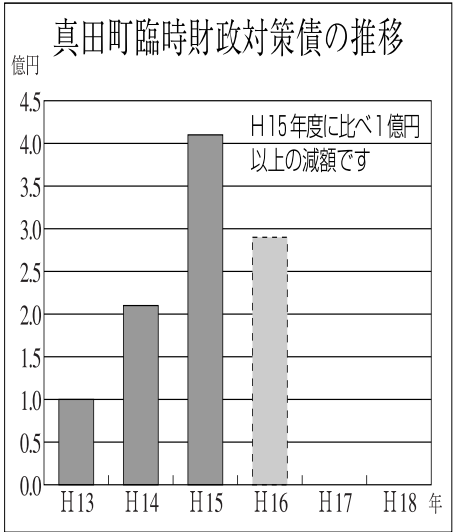
※ 〇〇〇は、町民のみなさんにご協力いただかなければならない項目です。

※公共事業については、受益者寄付金の徴収や負担金の増額を検討しなければなりません。

※現在予定している情報図書館の新築及び自然館の改修など、新規事業の実施は困難です。

※補助金や助成事業など他にもたくさんありますが、小さな金額は項目が多くなりわかりにくくなりますので、大きな金額のものを掲載しました。

※町単独事業あるいは、国・県の補助事業に上乗せしている町の独自事業を掲載してあります。



臨時財政対策債は、急激な普通交付税の減少を補うため、町が臨時的に行う借金で、返済時に国が全額財政支援してくれます。



特集 プラごみだって洗ってほしい

みなさんは知っているだろうか？
 去年の10月から
 プラスチックごみの出し方が変わったことを。
 そう、プラスチックごみのリサイクルをすすめるため、
 洗って出すようになった。
 なぜプラスチックごみを洗い、リサイクルするのか？
 その事情を今月はごみの立場で語ってみた。
 また消費生活推進員の方にも話を聞いた。
 今月は、新しいごみの出し方を見てみよう。

プラスチックごみが語る

洗ってほしいわけ

処分場の人も、先に埋められたプラスチックごみを上から押し下し、処分場の嵩上げをしたりと延命の努力をしてくれているんですけど、いずれ満杯になってしまいます。それに最終処分場をつくるのは、今すぐ難しく、新しい処分場ができる見込みもないんです。だから、埋め立てるべくたちの量を少しでも減らさないといけないんです。今のままだと近い将来は、私たちの行く場所が無くなってしまうかもしれないんですよ。

リサイクルされるプラスチックごみ

それで、最終処分場が満杯になってしまいうそだということ、は、分かってもらったと思うんですけど、じゃあなぜ洗ってほしいかということなんです。それは、ぼくたちがリサイクルされるからなんです。でもそのためには、リサイ

クルできるものをより分ける必要があるんです。そして、それは処理工場の人の手作業です。時間がかかります。ぼくたちに食べ物のかすとかが付いていると、分ける間に腐ったり、悪臭がでたりしてしまふんです。これを防ぐためには洗ったりして汚れを落として、乾かして出してもらい必要があるんです。むろん汚れているとリサイクル工場も受け入れてくれませんしね。

そしてリサイクル工場に回されたぼくたちの一部は、紙くずと混ぜられてRPFという固形燃料に生まれ変わるんです。生まれ変わったぼくたちは、石炭と同じくらいの高熱で燃えるので、製紙工場や製鉄工場など、各方面から注目される存在なんです。そりゃーぼくたちだって暗い土の下にずっと埋められているよりも、リサイクルされて、有効活用されるほうがずっとうれしいです。それにですね、埋め立てた

満杯に近い埋立処分場

こんにちは。ぼくはプラスチックごみです。去年の10月から、洗って出してもらうようになったんですけど、みなさん知っていますか？

「えっ知らなかった」という人もいると思います。それに「そんな面倒くさい」と思いますが、でも、ちよつとまったださい。どうしてそうだったのか少しぼくにお話しさせてください。

初めに、左のページのグラフを見てもらうと分かると思うんですが、ぼくたち真田町出身のプラスチックごみは、ほとんど増えているんです。

そして、なんととっても困るのが、ぼくたちの行く場所が無くなりそうなんです。ぼくたちプラスチックごみは、豊田村にある民間の最終処分場に埋め立てられているんですけど、そこが近い将来満杯になりそうなんです。

洗えないものはレジ袋に入れて

場合は、すべて町のお金で行われるんですけど、プラというリサイクルマークがついたぼくたちの仲間は、そのリサイクル費用の大部分をメーカーが負担するので、町の負担が少なくて済むそうなんです。

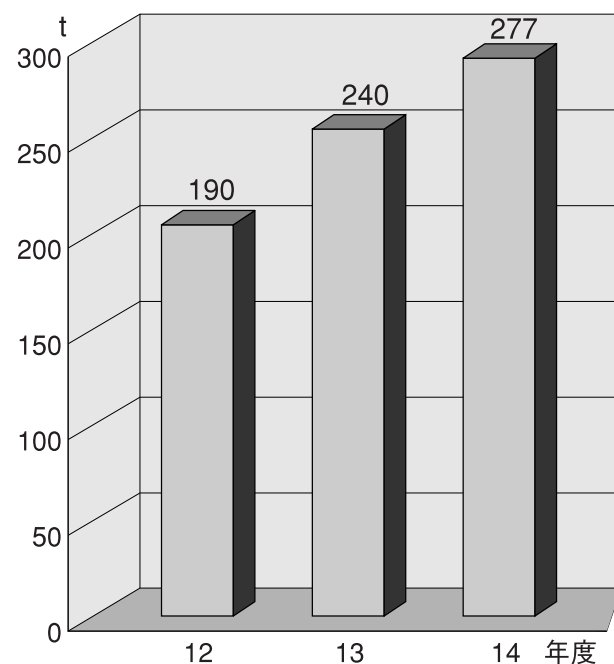


ところで、洗うと言っても、ラーメンのスープの袋、刺身用の袋、それからマヨネーズやケチャップの容器、ねりからしや歯磨き粉のチューブとか、洗うには手間がかかったり、洗うことが難しいぼくたちの仲間もいますよ。

こういうものは、まとめてレジ袋や、ビニール袋に入れてから、汚れていないプラスチックごみと一緒に、燃やせないごみの袋に入れて出してもらえばいいんです。

そうすれば、選別するときに、レジ袋に入っていれば埋め立てられるように簡単に分けられるし、ほかのきれいなプラスチックごみを汚さないで済むんです。

年度別プラスチックごみの量



それから、おもちゃや小型の電化製品のようにプラスチックと金属が分離できないものもあります。これはそのままでは、固形燃料にできないので、鉄くずとして出してください。後で粉々に砕いて金属と分けられますから、燃やせないごみの袋に入れて

とで、埋め立てられるぼくたちも減るのでなんとか協力をお願いします。

燃やせないごみの袋に入れてもらえば大丈夫ですよ。ぼくたちを洗って出してもらうのは、ちよつと面倒だとは思いますが、みなさん一人ひとりのちよつとが集まるこ

プラスチックごみの出し方

工夫していることは？

消費生活推進委員の二人に聞く

明るく豊かな消費生活を送るために町民の方が学んだり活動をしていただく消費生活推進委員会。そのごみ対策部会では、ごみの収集体験へ参加したり、リサイクル促進の一環で、廃油を使つての石けんづくりなどにも取り組んでいます。

ごみ対策部会の宮下正子部会長と五十嵐和子副部会長にごみの出し方で工夫している

ことなどを聞きました。

宮下さんは消費生活推進委員になって、プラスチックごみが豊田村の処分場に埋め立てられていることを知って、「リサイクルにまわすものを増やすことが大事ですよ」と。そして去年の10月からは、「プラスチック類はなるべく洗って埋め立てにまわるものを減らすようにしている」そ

うです。

工夫していることでは、プラスチックを洗って乾かすのに、食器の水きりトレーにさい箸を立てて、そこに洗ったプラスチック容器などをかけて置くそうです。これは「ただ洗って置くより、乾きやすいです」と言います。また「洗うとなかなか乾かないので、拭けるものは、濡



みやした まさこ／消費生活推進委員会のごみ対策部会で部会長を務める。

特集

プラごみだって洗ってほしい

宮下正子さん（中原）
やってみるとパターン化して
それほど面倒ではないですね。



いがらし かずこ／消費生活推進委員会のごみ対策部会で副部会長を務める。

五十嵐和子さん（中組）
食品のトレーは、
洗ってお店に出しています。

れぞうきんで拭いてしまうほうが簡単」だそうです。

また「口の小さい容器などは、歯ブラシで洗うのも工夫の一つ」と言います。

宮下さんは、明らかに洗えないものは、別にしてしまい、それ以外を洗うそうで、「やってみるとパターン化するので、それほど面倒じゃないですよ」と言います。

五十嵐さんは「食品のトレーは、洗ってお店に出している」そうです。また「ペットボトルは、洗ってプラスチック部分を取って出しています」とのことです。

そして、「洗うのに時間のかかるものは難しくて、洗っていないが多いこともある」そうですが、「きれいなプラスチックとそうでないものを分けて出している」と言います。

よくある問い合わせ

プラスチックごみを洗って出すようになってからのよくある問合せや、注意点を役場の生活環境係でごみ処理を担当する和根崎剛に聞きました。まず、リサイクルできるも

プラスチックごみの新しい出し方は？

洗えないものは

プラスチックごみ



例えばしょう油の小袋、ラーメンのスープの小袋、マヨネーズやケチャップの容器、歯磨き粉チューブ、納豆の容器など洗うには手間のかかり過ぎるものや、洗えないものは別にして。

レジ袋に入れる



洗えるものは

食品などが付いて汚れた容器は洗って下さい。汚れていないものはそのまま出せます。

指定袋へ入れる

レジ袋に入れた洗えないものは、洗ったものと同じ指定袋に入れて出せます。（指定袋を別にしてもOK）



わねざき つよし／生活環境係でごみ処理を担当。ごみの出し方の有線放送なども行う。

洗って



乾かして



指定袋に入れて出す



平成15年分納税申告相談日程および会場

期 日	対 象 地 区		会 場	受 付 時 間
	午 前	午 後		
2月16日（月）	菅平		信州うえだ農協 菅平支所（2階）	午前10時～11時30分 午後1時～2時30分
17日（火）	渋沢・大洞	大日向	信州うえだ農協 長支所 （2階会議室）	午前9時30分～11時30分 午後1時～3時30分
18日（水）	角間	横沢		
19日（木）	真田			
20日（金）	十林寺・戸沢	石舟	信州うえだ農協 傍陽支所 （2階会議室）	午前9時30分～11時30分 午後1時～3時30分
23日（月）	下横道	入軽井沢、岡保		
24日（火）	上横道	中組		
25日（水）	大庭	曲尾		
26日（木）	穴沢	萩		
27日（金）	田中、三島平	中横道	真田町役場 （3階講堂）	午前9時～11時30分 午後1時30分～6時30分 午前9時～11時30分 午後1時～4時
3月1日（月）	つくし	四日市		
2日（火）	横尾			
3日（水）	小玉上郷沢、下塚	上原、下郷沢		
4日（木）	赤井	竹室		
5日（金）	中原、表木	荒井		
8日（月）	全区対象			
9日（火）	出早	大畑		
10日（水）	町原	下原		
11日（木）	全区対象			
12日（金）				
15日（月）				

納税申告相談は、
2月16日から3月15日。
3月8日は夜6時30分まで。

- 象地区以外の方であっても申告ができます。遠慮なくご来場ください。
- 更に都合が悪い方は、3月8日と11日以降の役場会場、全区対象日をご利用ください。
- また、今年も3月8日の受付時間を午後6時30分まで延長します。仕事などで、昼間都合のつかない方はご利用ください。
- 申告が必要な方
平成16年1月1日現在、真田町の住民で、次の方を除くすべての方。
- 申告する必要がない方
・税務署で平成15年分所得税の確定申告書を提出する方
・勤務先が一力所だけの給与所得者で給与所得以外の所得がなく、勤務先から真田町役場へ給与支払報告書が提出されている方。
- ※右の給与所得者で農業所得を「経費目安割合」で申告されている方は申告する必要はありません。
- ・被扶養者で収入がない方
- 税務署で確定申告が必要な方
・譲渡所得がある方（町や県が関与した譲渡は除きます）
・青色申告をされる方
- ※ご来場の際は、印鑑を忘れ

ずご持参ください。
問い合わせ 税務係

有線2041

☎72-0154

上田税務署

☎22-1234

税理士会上田支部の
無料還付相談会

給与所得者、年金所得者などの相談会を行います。ご利用ください。

期間 2月2日（月）から3月11日（木）※土・日曜日、祝日を除く

時間 午前9時～午後4時（正午から午後1時を除く。受付は午後3時まで）

場所 上田市民会館 会議室
※事業所得・農業所得・不動産所得がある方は、この相談での受付はできません。

申告書の作成は便利な
ホームページで

国税庁のホームページで作成した申告書をプリントアウトし、そのまま提出できます。申告書用紙を受けとるために税務署に向かず、自宅で申告書を作ることができます。税務署で長時間まつことなく郵送で提出できます。ぜひ

ひご利用ください。（アドレスは <http://www.nta.go.jp>）

にせ税理士にご注意を

納税者からの依頼による①税務代理、②税務書類の作成③税務相談は税理士など法律により税理士業務を行える方にしかできないことになっています。にせ税理士にご注意ください。

問い合わせ 上田税務署
☎22-1234

一般会計6億円を超える財源不足

図書館は財源めど立たず延期

町では1月5日、新年度予算の各課要求をまとめました。一般会計の要求総額は49億7千万円で前年度当初予算に対して9・1％減と大幅に下回るものとなっています。

歳入の概算見積額は43億円余りで、6億7千万円の財源不足となっています。これは、地方交付税が6・4％減、臨時財政対策債が28・6％減、町税収入も4・7％減と見込まれるためです。

厳しい財政状況続く

新年度予算は当初から厳しい

16年度予算の
各課要求額と
歳入概算見積り

- 1 各課要求額（歳出）
49億7000万円
- 2 歳入予算の概算見積額
43億円
- 歳入の内訳
- ①町税
12億700万円（▲4.7％）
- ②地方交付税
16億9400万円（▲6.4％）
- ③臨時財政対策債（赤字地方債）
2億8600万円（▲28.6％）
- ④その他の借入金
2億6700万円（▲35.8％）
- ⑤国・県補助金
3億8500万円（▲10.4％）
- ⑥その他の収入
4億6100万円（▲49.2％）
- （ ）内は前年度当初予算との増減率
- 3 差引き歳入不足額6億7000万円

※歳入予算の概算見積額、43億円には減債基金と繰越金の充当は考慮していません。

予算案の規模は
46億円台か

各課予算要求はこの後、総務課査定、理事者査定を経て最終的な財源不足を積立金などの取崩しで収支のバランスをとった上で、3月の町議会に提案されることになります。

問い合わせ 財政係
有線2021
☎72-2201

新年度予算に対するご意見、ご質問をお寄せください。

カメラニュース

町の中の様々な出来事や話題をお届けしています。
(このコーナーでは、皆さんから寄せられた写真を一部掲載しています)

真田氏本城跡に 手作りの木彫り看板



12月25日に十林寺の真田氏本城跡に手作りの木彫り看板が設置されました。
設置したのは十林寺区民でつくる真田氏本城整備委員会。委員会は、昨年町の森と緑やすらぎ空間整備事業交付金を使い、芝造成や、石積の真田本城水など本城周辺を整備。今回、ここが真田氏本城跡とわかるようにと看板を設置しました。
委員会代表の坂口益次さん(十林寺)は、「訪れる観光客もここで写真が撮れますよ」と話していました。

身体障害者福祉協会が ふれあいしめ縄づくり



12月12日、福祉センターの講堂で身体障害者福祉協会によるしめ縄づくりが行われました。

や足のリハビリとふれあいを兼ねて毎年開催しています。ここで覚えて家でも作ります」と話していました。

このしめ縄づくりは、アザレアンさなだや、長寿会、ひなやまの家などにも参加を呼びかけ行われたもので、しめ縄づくりを通じて交流と親ほくを深めました。

町身体障害者福祉協会の坂口伸太郎会長(十林寺)は、「手

ひなやまの家で 消費生活展のボカシ作り



1月31日開催の消費生活展を前に、知的障害者福祉ホームひなやまの家では、ボカシ作りが行われていました。
ボカシは、米ぬかと米粉に、土中の80種類以上の有効な微生物のEM菌と糖蜜を混

ぜて発酵させたもの。生ごみにふりかけると、嫌な臭いもせず、生ごみがたい肥になり、ごみの減量につながります。
障害を持つ方が手書きで書いた「ひなやまのボカシ」のシールがはられたボカシは、

ゆきむら夢工房やJAで販売され、今年の消費生活展の抽選会景品にも使われました。
ひなやまの家の山崎さと子さん(下原)は「ボカシのたい肥で作った野菜はおいしいですよ」と話していました。

花と緑の景観賞が決定 個人や団体から16点を表彰

12月19日、このほど決定した平成15年度花と緑の景観賞の表彰式が行われました。
個人の部最優秀賞の飯島秀一さんは、「賞をいただき光栄です。今後も一生懸命取り組んでいきたいです」と。団

体の部最優秀賞、萩区の三井一雄環境整備委員長は、「今後も区全体で花づくり活動に取り組みたいです」と受賞のあいさつをしていました。
最優秀賞(個人) 飯島秀一(上原)／最優秀賞(団体)

萩区／優秀賞(個人) 清水悟(菅平) 羽毛田範世(四日市) 橋詰和(中組) 柳沢今朝喜(中組) 内海菊江(上横道)／優秀賞(団体) 大日向区入軽井沢区 大畑区 出早区／優良賞(個人) 酒井良子(菅平) 小林幸子(岡保) 荒川住子(中組) 堀内登(上横道)／優良賞(団体) 下原区(敬称略)

自分の地域は自分で守る 消防出初式が1月10日に

平成16年の消防出初式が、1月10日に行われました。



好天に恵まれたこの日は、真田中学校のグラウンドで機械器具点検やラッパの吹き初めが行われ、その後、式典会場の

文化会館までを分列行進。今年の表彰などが行われた式典では団長の宮入茂さん(荒井)が、「私たちの活動は地域の役に立ち、そして必要とされています。自分のため、人生の誇りとして団活動に進出していきましょう」と式辞を述べました。



菅平で新年を迎える カウントダウン花火大会



新年を祝う菅平恒例のカウントダウン花火大会が開催されました。
会場のリゾートセンター前をうめた観衆が、「3、2、1」とカウントダウンして、午前0時ちょうどに花火が上がる、会場からは大きな歓声があがりました。
菅平高原観光協会の小島好憲理事長は、「区民や企業の協力で開催しています。今シーズンは雪が順調にあるので、お客さんが入ってくればいいですね」と話していました。



遺伝子組み換え食品など消費生活展での発表準備をする食品安全部会のみなさん。

窓

消費生活だより⑦

食生活が豊かになる中で、食品の安全性の確保は私たちの生活に大変重要な問題です。普段スーパーなどの買い物で食品添加物、農薬使用、遺伝子組み換えの表示をいろいろな食品の中で目にする事ができます。その表示はどうなっているのでしょうか？

遺伝子組み換え食品については、現在30品目の加工食品が、表示対象品目になっています。表示には義務表示と任意表示があり、商品ラベルの原材料名のところに記入されています。

大豆、トウモロコシ、ジャガイモなどの加工食品には表示義務がありますが、しょう油、油、コーンフレークなどには表示が義務付けられていません。これは、製造加工する際のいくつかの過程を経ると、DNAやタンパク質が分解され、取り除かれるからです。ですから、同じ原材料の中でも加工後もDNAやタンパク質が残る豆腐や味噌などは義務付けられているのです。また加工食品で、遺伝子組み換え農作物が主な原材料である場合は表示義務があります。

私たちが生活する中で毎日口にする食品に関心を持ち、大切な家族や未来を担う子どもたちに安全な食品を与えることが、重要ではないでしょうか。

食品安全部会

私たちが毎日口にする食品 その安全性に関心をもとう！

クッキング

No.87

がんもどき

(4人分の材料)

木綿豆腐 ……2丁
人参 ……30g
ごぼう ……40g
ひじき ……50g
大和芋 ……大さじ2
砂糖…小さじ1・塩…小さじ1/4・
黒ごま…小さじ1・揚げ油・ねり辛子・しょう油



余分につけておくと、忙しい日やお弁当のおかずに重宝します。
青島重子さん (横尾)

(つくり方)

- ①豆腐はふきんに包み、軽く押して水を切る。
- ②人参とごぼうは、せん切りにし、ごぼうは酢水にさらす。ひじきはもどして、短く切っておく。
- ③豆腐をすり鉢に入れて、よくすりおろした大和芋、砂糖、塩を加えて更にする。(ここをフードプロセッサーですると大変早くできる。)ボールにとり、②の具と黒ごまをまぜて、好みの大きさに丸め、170℃の油であげる。
- ④熱いうちにねり辛子としょう油で食べる。





あの人を訪ねて ⑤4

1秒くらい差があったので、2本目落ち着けば、いけると思いました。

下平哲也くん（菅平中3年）

県中学校スキー大会男子回転で優勝

1月15日から17日まで小谷村で開催された県中学校スキー大会。その男子回転で、菅平中学校3年の下平哲也君が優勝しました。

その下平君に優勝の感想などを聞きました。

回転、大回転の2冠を目指して臨んだ大会でしたが、16日の大回転は10位。

「悔しくて泣いた」と。コートから励まされ、「気持ちを入れかえて」臨んだ17日の回転。1本目でトップに立ったところで、「1秒くらい差がついていたので、2本目は落ち着けば、いけると思った」と言いま

しもだいら てつや●自分のスタート順の5人くらい前から気持ちを集中すると言う。練習は楽しく、スキーで大変とは思わないと話してくれた。

す。2本目は「6位だった」と悔しそうですが、合計タイムで優勝を果たしました。大回転の雪辱を果たした、やったという感じ」と言う下平君。2月3日から妙高高原町で行われる全国中学校スキー大会では、「回転、大回転の2冠をとりたいたです」と話していました。

なお菅平中からはこのほか次の生徒が全国中学校スキー大会に出場します。

村本清太郎（大回転）小村方（回転・大回転）堀翔平（大回転）大日向純一（スペシャルジャンプ・ノルディックコンバインド）

こんにちは 読者です

34

このコーナーでは、広報に寄せられた意見について考えます。皆さんのお便りをお待ちしています。



答

合併には、様々なご意見があると思います。

情報是非常に分かりやすく、今まで出した広報の中でこれが1番良かったと思います。もっと早くだしたらなあと思っています。

合併により、行政のかたちは変わるかもしれませんが、この地域の豊かな自然や、引き継がれてきた文化は、行政によって成り立っているわけではありません。地域の特性や活気は、地域の住民一人ひとりによって生み出されているのではないのでしょうか。

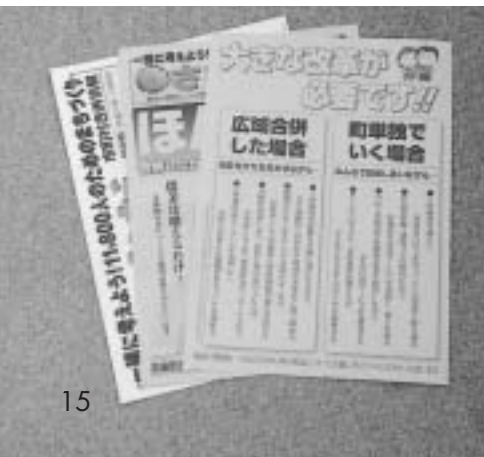
市町村合併情報は、合併についてより分かりやすい情報を幅広い住民の方に知っていただくとうと新聞折り込みで発行されています。情報政策課にありますので、ご希望の方は、ご連絡ください。

声

お一人目 近い将来合併するかもしれないという

ことは、真田町がなくなるということ。真田町の住民でなくなってしまうということ。これはとても悲しく、寂しいことです。

お二人目 真田町の合併に賛否のあらしが巻き起こっていますが、私は賛成するより仕方ないという方です。町で12月23日に出した「一緒に考えよう！さなだ」の市町村合併





成人式で実行委員を務めていただいた皆さん（左から関谷さん、細田さん、一之瀬さん、箱山さん）

1月11日（日）、町の文化会館において「2004真田町成人式」が開催されました。
今年の新成人は全部で253人。
内、146人の方が出席して、中学生時代の恩師をはじめ、関係する機関・団体の方から暖かい祝福を受けました。
特に今回の成人式では、新成人を代表して4人の若者が実行委員会を組織し、この節目の大切な式典が、思い出深いイベントとなるよう綿密な打ち合わせを行い、小学校時代の恩師7人の「ビデオレター」を編集したり、懐かしの集合写真を投影するなど、ほのぼのとした手作りの式典となりました。

成人式実行委員会委員から一言
○関谷弥実行委員長（当日は、成人者代表のあいさつを担当）
式典の企画・運営など、大変な事も多かったが、懐かしい小学校時代の先生の言葉や写真の投影の際には会場から笑いも起こり、安堵しました。良い成人式になったと思います。苦労した甲斐がありました。
○細田恵副実行委員長（当日は、写真投影の際のナレーションを担当）
思った以上に大勢の仲間が出席してくれて良かった。何回も打ち合わせを重ね、できあがったアトラクションが好評で、大変うれいいます。思い出に残る成人式になったと思います。
○箱山能弘実行委員（当日は、祝電披露を担当）
式典全体の長さが、ちょうど良かったと思います。
恩師の方々からの祝電を読み上げ、緊張しましたが、終わってみるととても楽しく感じられました。
○一之瀬えり実行委員（当日は、写真投影の際のナレーションと、記念品受領のあいさつを担当）
式典の企画・運営に関わることができて、実行委員をやった本当に良かったと思います。また、成人式が成功して、喜びもひとしおです。



2004真田町成人式の記念写真（今年は146人の新成人が出席しました。）

参加者募集！

シユナイダー記念スキー大会

第45回、菅平シユナイダー記念スキー大会を開催します。
3月13日（土）に行うアルペン競技一般大回転は、ローカル大会としてどなたでも参加できます。大勢の方の参加をお待ちしています。
アルペン競技

日程 3月13日（土）一般大回転

場所 パインビークオオマツスキー場

対象 小学3年生以上

参加料 1人3000円（但し、小中学生は1人1500円）

申込み 2月23日（月）までに教育委員会内大会事務局まで

なお、大会中の3月10日・12日は、全日本スキー連盟B級公認大回転が行われます。

日程 2月21日（土）から22日（日）

場所 町営ジャンプ台・菅平高原クロスカントリーコース

ノルディック競技

ご成人おめでとう

今年は253人の若者が大人の仲間入りをしました

文化協会加盟サークルの紹介⑦

真田町短歌会

代表 堀内登さん（有線4962）
真田町短歌会は歴史のあるサークルです。
昭和49年12月に有志によって再出発をしましたが、それ以前から活動をしていたと聞いています。
現在、会員は15名ですが、毎月1回、一人2首の短歌を持ち寄って、

真田町奨学生を募集します

☆募集条件

4月1日現在、真田町に3年以上居住する方、および3年以上居住する方に扶養されている方で、大学・短大・専門学校・高校に在学している方、または4月から進学する方が対象。

☆奨学金の月額

4年制以上の国公立大学 3万円
4年制以上の私立大学 4万5千円
上記以外の国公立学校 1万5千円
上記以外の私立学校 3万円
☆貸付 年2回（5月と10月）

この奨学金は、故堀内猪之助さん、堀内章三さん、堀内艶子さん、故半田喜利さん、半田清子さん、旧真田町婦人会からの寄付金を奨学金としてお貸しするものです。
☆申し込み

大会結果

新春ゲートボール大会

1月11日（日）から15日（木）山村広場屋内ゲートボール場
優勝 荒井
準優勝 石舟
第3位 菅平
第4位 中組

少年スポーツ教室

柔道・剣道大会

1月12日（日）町民体育館で柔道剣道大会が開かれました。少年スポーツ教室に参加している小学生70人と中学生30人、また家族の皆さん70人の応援参加があり、大きな歓声が体育館いっぱい響いて、活気あふれる大会となりました。そして柔道は大会のあと、「もちつき」を行い参加者全員でおしるこを食べ、なごやかに喜びをかみしめていました。



柔道教室恒例の「もちつき」大会

老人センターで定例会を開いています。その他、文化祭や文化会館での展示等で作品の発表を行うなど、文化協会の活動にも参加しています。今までに合同歌集を4冊出版していますが、悩みは会員の高齢化にあります。
短歌は、回りの自然や生活をみつめて、風景や心情を短い韻律に乗せて詠う楽しい文学です。
新入会員をお待ちしています。

4月9日（金）までに教育委員会事務局へ願書を提出してください。（願書等の書類は教育委員会事務局にあります。）
問い合わせ・申し込み先
学校教育係 有線2043
☎72-2655

2月の図書館だより

今月の「お話し広場」は、次の日程で開催します。
皆さんお出かけください。
日時 2月21日（土）午前10時
場所 児童図書室
担当 ミミールの会さん／傍陽こども文庫さん
今月の休館日
・定例月曜等休館 2日（月）／9日（月）／11日（祝日）／16日（月）／23日（月）
・月末整理休館 27日（金）

大きくなったら ぼくの・わたしの夢放送

この春、1年生になるお友だちに将来の夢を有線放送で発表してもらいます。

なお、町外の保育園・幼稚園に通っているお子さんで放送を希望する方は、2月27日（金）までにご連絡ください。

放送予定日時 2月10日（火）～3月10日（水）午後4時30分（3月6日以降は午後5時、再放送は翌朝7時のラジオ中継の後）
問い合わせ 情報有線係
有線2121 ☎72—2202

母子・父子家庭への 助成事業のお知らせ

①自立支援教育訓練給付金支給事業
特定の講座を受講し職業能力の開発を自主的に行う人に対して、教育訓練終了後「自立支援教育訓練給付金」を支給します。

給付対象者 前年度の所得が児童扶養手当支給水準の母子・父子家庭の母か父で、雇用保険法による「教育訓練給付制度」の受給資格のない方。

対象講座 1月以上1年未満の講座で、介護ヘルパー1級又は2級・経理事務・医療事務等の専門性が高く、受講により、より良い就業に結びつく可能性の高い講座。
給付額 対象講座の受講料の4割（8千円以上20万円を上限）

②高等技能訓練促進事業
2年以上養成機関で修業する場合に生活の負担を軽減するため、一定期間「高等技能訓練促進費」を支給し、資格取得を支援します。

支給対象者 児童扶養手当支給水準の母子・父子家庭の母か父で、就労と修業の両立が困難で、就職に有利な資格取得を目的に、2年以上の養成期間の講座を終了する予定の方。

対象講座 介護福祉士、看護師、保育士、理学療法士、作業療法士
支給額 月額103,000円（修業期間の最後の3分の1相当の期間で12月を上限）
事前の申請と承認が必要です。詳しくは問い合わせください。
問い合わせ 小県福祉事務所 就業支援員 ☎25—7124

老人福祉大会で 福祉講演会を開催

創造と連帯を広げ、長寿会の発展をめざして老人福祉大会を開催します。

この大会で福祉講演会を開催します。どなたでも聴講できますので大勢の皆さんお越しください。
日時 2月9日午後1時30分～
場所 文化会館大ホール
講師 堀内守さん（名古屋大学名誉教授・下横道出身）
演題 「われわれの生き方を考えます」
問い合わせ 社会福祉協議会
有線2091 ☎72—2998

「2005スペシャルオリンピックス 冬季世界大会・長野」が開催



自衛隊の 予備自衛官補を募集

受付期間 1月13日（火）～4月9日（金）
採用対象 自衛官未経験者で、一般（18歳以上34歳未満の男女）技能（衛生・語学・整備・情報処理・通信・電気・建設）（18歳以上で保有する国家資格等に応じ53～55歳未満）
試験種目 筆記試験、口述試験、適性検査、身体検査
待遇等 非常勤の特別職国家公務員で所定の教育訓練終了後に予備自衛官として任用され、教育訓練招集に応じる義務があります。教育訓練招集手当：日額7,900円
詳しくは問い合わせください。
問い合わせ 自衛隊上田募集事務所 ☎22—5267

ホームヘルパー2級養成 研修受講生募集

16年度前期受講生を募集します。
講義予定 4月10日～7月上旬の土日曜日
詳しくは問い合わせください。
問い合わせ アザレアンさなだ
2級ヘルパー担当係
有線2111 ☎72—2781

有料サイト利用料金などの 架空請求にご注意

ハガキや封書、Eメール、電話でまったく利用していないアダルトサイトや出会い系サイトなど有料サイトの利用料金を請求されたという相談が急増しています。
対処方法 一切支払わず無視してください。これ以上の個人情報漏れるのを防ぐため、業者には連絡を取らないようにしましょう。
問い合わせ 上田消費生活センター ☎27—8517

県内最低賃金の お知らせ

県内の事業所で働くすべての労働者（常用・臨時・パート等を問わない）に適用される「長野県最低賃金」と特定の産業の基幹的労働者に適用される「産業別最低賃金」の一部が改正されました。これらの最低賃金は、時間額です。
○長野県最低賃金 646円
○電気機械器具、情報通信機械器具、電子部品・デバイス、精密機械器具製造業 746円
○一般機械器具、自動車・同附属品、船舶製造・修理業、船用機関製造業 757円
○各種商品小売業 723円
○印刷、製版業 732円
問い合わせ 長野労働局 労働基準部 賃金室 ☎026—234—5121

上田創造館の 2月の催し

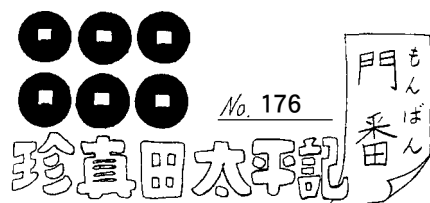
上田・小県絵手紙展作品募集 募集期間／2月1日（日）～10日（火）ハガキ又は手紙を一人2点以内。創造館あて郵送又は持参ください。作品展／2月20日（金）～28日（土）午前9時～午後5時
道祖神祭り展 2月4日（水）～

8日（日）午前9時～午後4時30分、内容／上小地域の道祖神のお札展示やまつりを写真で紹介。

親子パソコン教室「オリジナルカレンダー作り！」 2月7日（土）午前9時30分～11時30分、対象／5歳以上の子どもとその保護者、締め切り／1月29日（木）
パッチワークキルト展 2月8日～15日（日）午前9時30分～午後4時30分
模型飛行機づくり 2月14日（土）午前9時30分～12時、対象／小中学生とその保護者、締め切り／2月12日（木）
春の星座さがし 2月21日（土）午前10時～11時30分
星空観望会 2月21日（土）午後7時～9時、小中学生は、保護者同伴ください。
折り紙教室 2月22日（日）午前10時～正午、内容／おひなさまや動物を折ろう、参加費／300円
臨時休館 3月1日（月）
問い合わせ 上田創造館 ☎23—1111

乳幼児健康診査と 予防接種

（2月6日～3月5日）
2歳児歯科検診・ふれあい教室 2月17日（火）午前8時45分～9時10分受付、場所／保健センター、対象／13年10月～14年1月生まれ
乳児健診 2月24日（火）午後1時15分～1時40分受付、場所／保健センター、対象／15年4・7・10月生まれ
お誕生日相談 3月2日（火）午前9時～9時40分受付、場所／保健センター、対象／15年1～3月生まれ
ベビー相談 3月3日（水）午前9時～9時30分受付、場所／保健センター、対象／15年12月・16年1月生まれ



三種混合 12月～2月、場所／本原医院・小林医院、対象／初回は15年3～8月生まれ、追加は13年9月～14年2月生まれ
麻疹 3月、場所／本原医院・小林医院、対象／14年9月～15年2月生まれ
問い合わせ 保健センター
有線2053 ☎72—9007

行政相談、心配ごと相談

日時 2月25日（水）午前9時～正午
場所 福祉センター
問い合わせ 行政係
有線2011 ☎72—2201
または社会福祉協議会
有線2091 ☎72—2998

国民健康保険の医療費が増加しています

今年度の真田町国民健康保険の医療費は、前年同期に比べて、一般被保険者が30.2％、退職被保険者分は9.4％も増加しています。（平成15年度12月現在）

また、医療費が高額になったときに支給される、高額療養費についても、一般被保険者で37.1％、退職被保険者は47.6％もの増加になっています。

このような増加の原因としては、医療が高度化していること、疾病が重症化してしまうことが考えられます。

病氣も重くなってから受診すると、医療費が高額になったり、通常より長い期間の受診が必要になることもあります。このようなことにならないよう、日ごろから、健康づくりに留意して、早期発見・早期治療に心がけましょう。

また、ちょっとした不注意から大けがをして、その治療に多額の医療費がかかる場合があります。

健康保険法の改正により、老人健康保健の医療費拠出金を減らし、国保の負担を軽くする措置が行われていますが、このまま医療費増加の状態が続きますと、町の国保財政がひっ迫し、平成10年度から据え置かれていた、保険税率を改定しなくてはならない状況になります。

これからも、健全な運営ができますよう、加入者皆さまのご理解、ご協力をお願いします。

問い合わせ 国保年金係

有線2058 ☎72—0154

料金の一部を助成する福祉タクシー乗車券をご利用ください

心身障害者や高齢者の社会参加を勧め、また経済的負担を軽減するため、タクシー料金の一部を助成する真田町福祉タクシー乗車券を交付しています。

乗車券の申し込みは福祉係で受け付けていますが、各地区の民生児童委員さんのお宅に申請書がありますので、ご相談ください。

対象となる方（3月1日現在）

①身体障害者手帳1級、又は2級をお持ちの方

②療育手帳A1をお持ちの方

③満70歳以上の方だけの世帯の各世帯員

利用方法

①利用1回につき乗車券1枚を使用できます。

②乗車券1枚は、810円です。これを超えた金額は利用者負担となりますので、運転手さんへお支払いください。

③利用できるタクシー会社は、上小地域のタクシー会社11社です。

交付枚数と使用期限

①乗車券は、交付決定月から17年3月までの月数の2倍の枚数をお渡しします。

②平成17年3月31日まで使用できます。

問い合わせ 福祉係

有線2022 ☎72—2203

外国人の方の胸部エックス線健診を行います

上田保健所では、健診を受ける

機会の少ない外国人の方を対象に、胸部エックス線健康診断を行います。1年以内に町の住民健診や、会社や病院で胸部エックス線健診を受けていない方は、ぜひ受診してください。

日時 2月10日（火）24日（火）
両日とも午前9時～正午

場所 上田保健所2階

対象者 上田市、小県郡に居住、または勤務する外国人で、1年以内に町の住民健診、会社の定期健診を受けていない方

健診料 無料

問い合わせ 上田保健所 保健予防課 ☎25—7148

4月1日から消費税が変わります

○平成16年4月1日から

総額表示が義務づけられます。

○平成16年4月1日以後に開始する課税期間から（平成17年分）事業者免税点の引き下げ

「3,000万円→1,000万円」簡易課税制度の適用上限の引下げ

「2億円→5,000万円」

問い合わせ 上田税務署

☎22—1234

電話加入権を公売しますご連絡ください

県税の滞納処分による電話加入権の公売を行います。

市価よりも安く取得できますので、進学、就職、転勤などで電話が必要な方はご連絡ください。

日時 3月11日（木）午後1時30分～

場所 上田合同庁舎3階302会議室（材木町1丁目2番6号）

入札時間・方法 午後1時30分～1時50分 競争入札

本数 数本

入札参加者 印鑑持参のうえ買受人（本人）がお越しください。

問い合わせ 上小地方事務所税務課 ☎25—7118

ハローワークから上田キャリア交流プラザをご利用ください

熱心な就職活動を行っていて、再就職を果すため、効率の良い求職活動の知識・ノウハウを身に付けたい方を対象に、会員登録制で集中的かつ効率的な支援をします。

中高年を対象とした、「ホワイトカラー」・「壮年技術者」・「長期失業者」の3コースがあり、就職まで（最長3ヶ月）の間、次のような会員サポートを受けられます。

○専門講師によるセミナー（2週間）、ガイダンス（3回）の受講
○専門カウンセラーとのじっくり個別相談

○会員相互の情報交換（グループワーク）への参加

○キャリアの棚卸や職務経歴書の作成など、就職活動のノウハウをアドバイス

○パソコン・図書・新聞雑誌等の利用

問い合わせ・会員登録 キャリア交流プラザ（ハローワーク上田隣接）☎23—9922

http://w2.avis.ne.jp/~ucareer2/

上小高等職業訓練校の16年度技能開発訓練生募集

働きながら技能を習得して立派な技能者となることのできる技能開発訓練生を募集しています。

技能は、一生の宝です。専門技能を身に付けて、生活の安定と地域社会に貢献しましょう。

募集専門職種 ・木造建築科・建築板金科・造園科・建築設計科

（2級建築士資格取得）・和裁科
募集締め切り日 3月15日（月）
問い合わせ 上小高等職業訓練校 ☎22—2666

社会人も大学生！放送大学16年度第1学期学生募集

放送大学は、テレビとラジオの放送授業を中心に自宅で学べる正規の大学です。

生涯学習を目的に短期間在学し、興味のある科目を学習することもできます。

募集する学生の種類

全科履修生（大学卒業コース）
選科履修生（一年間在学コース）
科目履修生（6ヶ月在学コース）
大学院修士科目生（6ヶ月在学コース）

出願受付 2月29日まで

授業開始 4月1日～

視聴方法 スカイパーフェクTVまたは、再送信している各地のケーブルテレビ

資料請求問い合わせ（無料送付）
放送大学長野学習センター

☎0266—58—2332

働きやすい環境づくりシンポジウムのパネラー募集

パートや派遣労働者の増加など、就業形態が多様化する中で働きやすい環境づくりの実現をテーマにシンポジウムを開催します。そこでのパネルディスカッションのパネラーを募集します。

日時 2月27日（金）午後1時30分～4時30分

場所 上田東急イン

対象 東信地域で働いている人で、労働組合に所属していないパートタイムや派遣労働などで働く人
締め切り 2月12日（木）

申し込み問い合わせ 東信労政事務所 ☎25—7144

ご苦労さまです

平成16年

新しい区長さん

平成16年の各区の区長さんが決まりました。今年1年間、多方面にわたるお仕事ご苦労さまです。

なお、1月22日に開かれた区長会で、区長会長（◎印）、副区長会長（○印）が決まりました。

区名	氏名	有線など
菅 平	田中 栄一	74-2523
大 日 向	大久保仁智優	2 9 9 2
角 間	倉島 盛茂	3 1 5 2
横 沢	久保 武隼	3 2 6 8
真 田	武田 价弘	3 4 3 8
十 林 寺	高寺 久嘉	3 5 7 3
石 舟	羽田 敏雄	72-4499
戸 沢	柳沢 勝利	3 6 5 4
つ く し	松橋 敏生	2 8 5 9
◎横 尾	渋沢 忍	3 8 8 5
四 日 市	田島 延孝	72-2870
入 軽 井 沢	関 忠則	4 0 5 2
岡 保	小林 本佳	4 1 3 1
中 組	橋詰 信幸	4 2 8 3
大 庭	山宮 幸政	4 3 1 8
○曲 尾	清水 俊治	4 4 2 1
萩	橋詰 正	4 6 4 7
田 中	堀内 博明	4 7 1 9
下 横 道	坂口 徹	4 7 8 3
中 横 道	堀内 一男	4 9 0 4
上 横 道	堀内 昭一	4 9 4 9
六 沢	西牧 政男	5 0 2 2
三 島 平	堀内 数美	5 0 6 3
○上 原	塚田 孝司	72-2821
下 郷 沢	佐藤 教男	5 2 3 6
小玉上郷沢	押森 公夫	5 2 5 6
赤 井	若林 久芳	5 3 4 2
下 塚	山浦 一陽	5 3 5 7
竹 室	古市 義和	5 4 4 5
荒 井	宮腰 昭人	5 5 0 5
中 原	瓦井 清	72-3366
表 木	石井 榮	72-3850
大 畑	香山 直樹	5 7 4 7
下 原	加藤 博敏	5 9 4 1
町 原	大久保政重	2 4 1 6
出 早	西岡 啓之	72-5201
		（敬称略）

障害をもつ方ご相談ください 支援費制度が始まり 1 年たちます。

平成15年の4月から、身体障害者と知的障害者の福祉サービスが、障害者自身が選択する「支援費制度」に変わりました。真田町でも、多くの方がホームヘルプサービスやショートステイなどをご利用いただいています。

在宅でサービスをご利用の方は、1年が経過するのであらためて支給決定の手続きが必要となります。

町や支援センターの職員が皆様のご要望をお聞きしながら、4月以降のサービス内容や量についてご相談させていただきます。現在、

福祉サービスをご利用でない方もご相談ください。

なお、障害をお持ちの方やご家族などが各種サービスや制度の相談窓口として、町の障害者支援係へ直接お問い合わせいただくだけでなく、身近な地域の民生児童委員さんや障害者相談員さんを通してでも相談いただけます。

また、右の支援センターで、それぞれの方の障害に応じて、より専門的な知識をもつ相談員が、相談を受けたり、ケアマネジメント（サービスの調整など）を無料で

行っています。ご利用ください。

問い合わせ 障害者支援係

有線 2022 ☎ 72-2203

支援センター

身体障害者

上田地域身体障害者自立支援センター・ウィング

☎ 28-5522

知的障害者

上小地域療育等支援センター・シェイク

☎ 27-2039

精神障害者

精神障害者地域生活支援センター・やすらぎ

☎ 25-2000

さなだ ゆうほう番組表 (2/6~3/5)

放送時間は、夕方6時30分～（再放送は、翌朝6時～）となります。

（おはなしの世界へ、学校・保育園だよりは、夕方4時30分～）

日	曜	番組名	出演者
7	土	おはなしの世界へ「ごめんねともだち」	／おとぎの会 柳沢由美子さん
8	日	保育園だより「鬼は外！福は内！」	／さなだ保育園
10	火	身近な税の話「所得税の確定申告は自分で書いてお早めに」	／上田税務署
11	水	確定申告について	／税務係
12	木	農業アドバイス	／上小農業改良普及センター
14	土	おはなしの世界へ「ふくろうの染めものや」	／おとぎの会 海瀬徳子さん
15	日	学校だより「4年生 スキートレーニングについて」	／菅平小学校
		みんなの食生活「私達の食品は安全か？」	／保健センター 山崎栄養士
17	火	みんなの健康「歯を大切に」	／山宮歯科衛生士
19	木	生活のしおり	／JA長支所 永井生活指導員
21	土	おはなしの世界へ「くろうどの森」	／おとぎの会 鎌田洋子さん
22	日	幼稚園だより「もうすぐ保育発表会」	／いずみ幼稚園
24	火	さなだ通信	／町内から
26	木	暮らしの豆知識	／上田消費生活センター
28	土	おはなしの世界へ「しばられじぞう」	／おとぎの会 宮下蘭子さん
29	日	学校だより「ぼくたちの1年間」	／本原小学校
2	火	庭木の管理	／造園協同組合 堀内久夫さん
4	木	ゴミの処理について	／生活環境係

◇お願い 番号をダイヤルすると聞ける「テレホンサービス」もご利用ください。悲しいお知らせは「170」番、一般のお知らせは「171」番、催しの案内は「179」番です。

戸籍の窓

めざせ健康 日本一!

こころの健康③

ストレスと病気 ～うつ病～

人のこころは、ストレスによって不安定になったり、元気になったりという波を日々くり返しています。ところが、ときには憂うつな気分が長く続き、体に不調が現れる「うつ病」に至ることがあります。憂うつで何もやる気がしない、集中力や決断力がなくなる、イライラする、人に会いたくないなど精神的な症状だけでなく、食欲低下、不眠、便秘・下痢など体の症状として現れることも（仮面うつ病）。うつ病は「心の風邪」と呼ばれるように、だれもがかりうる身近な病気ですが、風邪をこじらせて肺炎になり命にかかわるように、自殺につながることもあります。でも、こころと体を休め、医師と相談しながら薬を飲むと、2～3週間で効果が出てきます。本人は「がんばりたくてもがんばれない」と苦しんでいるため、周りの人は「がんばれ」「気の持ちようだよ」と励まさず、ゆっくり話を聞き、治療によって必ずよくなること、大事な決断は病気がよくなるまで先送りにするよう伝えましょう。

「両親からのメッセージ
生まれてきてくれて、
ありがとう！」



柳澤月乃ちゃんとお母さん

12月届け出分

♡いつまでもお幸せに

(小島 義 寛 上 田 市
小林 友紀江 入 軽井沢
(石塚 桂 一 真 田
菊地 裕 美 上 田 市
(深谷 一 長 野 市
小林 美 賀 荒 井

☆お誕生おめでとう

柳澤 月乃 (英 之 上 原
依田 琴美 (和 輝 小玉上郷沢
須賀 美結 (弘 幸 下 原
麻 美

□ごめいふくをお祈りします

小林 とり 78 赤 井
半田 武美 78 穴 沢
清水 良子 85 菅 平
春原かめ子 89 横 尾
金子 静子 97 横 尾
堀内 じつ 88 下横道
武捨 博苗 80 中 組
塩澤うめ子 90 石 舟
宮澤 秀夫 68 菅 平
花岡 俊雄 72 上 原
堀内庄一郎 91 上横道
小林みとし 86 岡 保
大久保守雄 77 大日向
堀内 義孝 80 上横道
小池 ふじ 84 竹 室

納税と使用料

3月1日(月)

- ・固定資産税
- ・国民健康保険税
- ・介護保険料(普通徴収)
- ・水道料金
- ・下水道料金
- ・農集排水使用料
- ・個別排水使用料
- ・保育料
- ・町営住宅使用料

クリーンキャンペーン
持ち帰ろう!
散歩中の犬のふん

水道工事当番店

2月の水道工事当番店です。

工事店名	月 日	2 月
金井設備商会(株) ☎72-2118 有線 3356	*	2 15 28
(有) 駒屋商店 ☎72-3696 有線 2373	*	3 16 29
(株) 石 塚 ☎72-2898 有線 3310	*	4 17 *
(有) 真田建設 ☎72-2019 有線 5430	*	5 18 *
石 巻 設 備 ☎73-2021 有線 4454	*	6 19 *
(有) 長 崎 商 店 ☎73-2511 有線 2368	*	7 20 *
(株) ア サ ヒ 興 業 ☎72-3414 有線 5333	*	8 21 *
(有) ド ー ム 管 工 ☎72-0771 有線 4383	*	9 22 *
山崎設備工業(有) ☎73-2322 有線 4210	*	10 23 *
(有) 信 濃 空 調 ☎72-5706 有線 6249	*	11 24 *
若林設備工業所 ☎72-3166 有線 5332	*	12 25 *
イチノセ管工 ☎72-3000 有線 5216	*	13 26 *
浅間設備(株) ☎72-3938	1	14 27 *



傍陽ふるさと公園で、 初日の出を迎える イベント開催。

鳥帽子岳山頂付近からの
御来光を見るに
40人近い人が集まった。

鳥帽子岳山頂付近の稜線から光がさし、鳥帽子岳に連なる山々が赤く染まります。やがて2004年の初日の出が、峰の向こうから現れました。花火が打ち上げられ、豚汁やお神酒も振る舞われる中、傍陽ふるさと公園に集まった40人ほどの人たちは、万歳をして新しい年を祝いました。傍陽のふるさと公園で御来

光を拝むこのイベントを開催したのは、洗馬清流会と萩育成会。

洗馬清流会はきれいな洗馬川を願う人が集まり、洗馬川の草刈りをしたり、こしあぶらなど希少な山野草の栽培をしている会。会長の半田昭三さん(三島平)は、「公園が完成してから開催しています。今年で7回目になります

よ。初日の出に会えたのは今まで1回だけですが、めげずに毎年開催しています」と。

また、数年前から一緒に参加するようになった萩育成会の牧内生夫さん(萩)は、「今まで、あまりよく見えなかったですが、今年は御来光が見られてよかったです。今年1年いい年だと思いますね」と話していました。

Town Topics February 2004

季節の中で

菅平のカウントダウン

花火大会で観光協会の小島好憲理事長にうかがうと、今年は雪が順調にあるとの話でした。

そんな中12月22日には、菅平の田中栄一区长さんなども出席して菅平の歩道を除雪するための小型ロータリー除雪車の納車式が行われました。

これは、地域の実情に即した創意と工夫による事業を行う県の地域づくり総合支援事業の補助を受けて導入されたものです。新しい除雪車は、スキーヤーの移動や小中学生の通学路確保などのために役

インターネット情報

<http://www.sanada.or.jp/>

<http://www.town.sanada.nagano.jp/>

わたしたちの町の人口

11,797人(−22)

男 5,824人(−12)

女 5,973人(−10)

世帯数 3,760戸(−1)

平成16年1月1日現在()内は前月比