編集・発行/上田市秘書課(上田市大手1－11－16 ☎㉒4100)　発行日/毎月1日・16日　印刷/田辺印刷㈱

平成元年
5/1
第1030号

広報 うえだ

勇壮に…
伝統の舞い

70 上田市制70周年

主な内容

カントリーウォーク
あなたもどうぞ……2・3
明るい選挙　3つのルール……4
健康メモ……4・5
カメラレポ……6・7
市民ガイド……8～11
春の行政相談週間……12

●吉田(豊殿)の春祭り

4月15日夜、豊殿の吉田地区(町吉田、中吉田)で恒例の春祭りが行われました。五穀豊じょうと家内安全を祈るこの祭りのメーンは120年以上も続く獅子舞い。町吉田公民館前(＝**写真**)や吉田神社境内では、勇壮な舞いが披露され、地区の人たちから盛んな拍手が送られました。

市民の動き(4月1日現在)　総人口117,987人(－495)／世帯数37,735(－267)　(　)内は前月比です。

風薫る新緑の季節

カントリーウォーク あなたもどうぞ

塩田平に3つのモデルコース

「塩田平を歩く会」では毎月、定例会を開いています

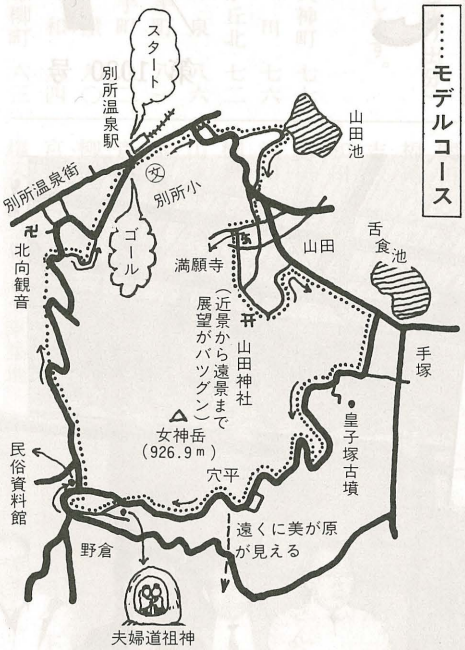
車社会の現代、最近は歩くことが見直されてきています。土地特有の風土、景色、生活にじかに触れることができるのは、歩いてこそ可能です。市などでは昨年秋、郷土のよさを再発見してもらおうと、カントリーウォーク用のモデルコース三つを塩田平に設定しました。今回はこれら三コースを紹介します。

五月は風薫る新緑の季節。地図を片手に、家族みんなでカントリーウォークを楽しんでみてはいかがでしょうか。

のどかな穴平（野倉）の家並み

モデルコース① 愛と口マンの縁結び

……モデルコース



●見どころ　田園・集落・野道など、すべてが典型的な日本の山村風景です。コースのあちこちに塩田平はもちろん、美が原などの山々が一望できる場所があります。野倉の夫婦道祖神と別所温泉の北向観音は、縁結びとして人気があります。

●コース案内　別所温泉南側にそびえる女神岳の山ろくを一周する約十㌔のコース。別所温泉駅をスタートして、山田池から満願寺や山田神社のある山田へ。山田神社から見える塩田平や烏帽子岳の風景はバツグン。舌食池からは上りになり、皇子塚古墳（手塚）、穴平を経て野倉へ。穴平付近では山あいの野倉の集落、遠くは美が原が見え、疲れた体を忘れさせてくれます。野倉にあるのは夫婦道祖神と民俗資料館。野倉からはだらだらの下り坂、別所に着くと北向観音があります。

カントリーウォークとは…

「旅の原点」は歩くこと。周りの景色をながめながら田舎の田園地帯をゆっくり歩く…これが「カントリーウォーク」です。つまり、歩くことによって①運動不足やストレスを解消する②コミュニケーションを深める③自然や文化財との接触を図る―ことができ、まさに一石三鳥。

なぜ塩田平か？

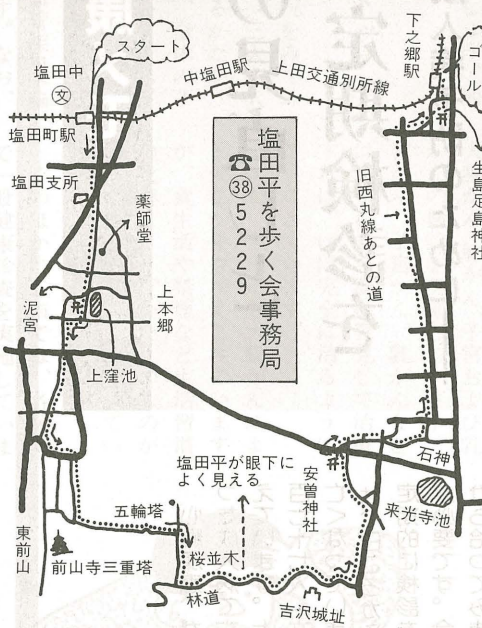
信州の中で早くから開けていた塩田平には、古い道や古い家、史跡、伝説などがたくさん残っています。どこを歩いても、こうしたものを発見でき、歩く楽しみがいっぱい。塩田平は、カントリーウォークにもっとも適したフィールドです。

「塩田平を歩く会」

県観光連盟が進めている「昭和の街道づくり」の中で、塩田平がモデル地区に選ばれました。歩くことをまず市民に普及する必要から、市民レベルのサークル「塩田平を歩く会」が二年前に誕生。同会では毎回コースを変えながら、カントリーウォー

モデルコース② いざ鎌倉

桜が美しい林道

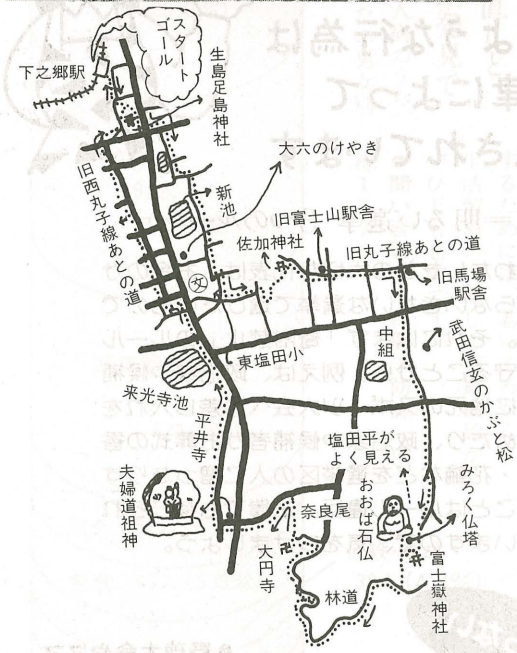


●**見どころ**　塩田北条氏の居城・塩田城から鎌倉への道「鎌倉街道」の面影をたどります。古い家の残る集落の小道には、昔の暮らしを忍ばせるものが数多くあります。また、広々とした田園地帯から南側に望む独鈷(とっこ)山の姿がすばらしい

●**コース案内**　中塩田から東塩田へ約十㌔のコース。別所線の塩田町駅をスタートして、旧家や記念碑が多い上本郷へ。ここには塩田の中心にまつられたお宮・泥宮があります。東前山の集落を右手にぶどう畑の小道を上ると前山寺。ここから林道までは草の道。桜並木が美しい同街道の途中には、塩田平を一望したり、冷水が飲めるところも。安曽神社までは下り坂の道で、この両側はりんご畑。旧家の多い石神を経て生島足島神社までの一直線の農道は、旧西丸子線の線路跡です。

モデルコース③ おおばさま こんにちわ

まだ残っている旧西丸子線の馬場駅舎



●**見どころ**　昭和三十八年まで下之郷―丸子間を走っていた西丸子線の線路跡を歩きます。このコースの目的は「おおば石仏」で、これは山の中腹にあります。この高台からの眺めがすばらしく、まさに雲上の仙人になった気分です。

●**コース案内**　東塩田を一周する約十㌔のコース。スタートは下之郷駅。下之郷の集落から狭い農道を歩くと、右に大きな「大六のけやき」。東塩田小からは旧西丸子線跡を歩きます。途中には当時の駅舎も。中組の集落からりんご畑の小道を上ると富士嶽神社。ここから少し登ると雨乞いのお礼に造ったといわれる「おおば石仏」。林道を下り、奈良尾を経て平井寺へ。ここには、三年前に工事現場の地中から出た夫婦道祖神。鈴子から石神を経てゴールまでは「いざ鎌倉コース」と同じです。

クの定例会を月一回のペースで開いています。

三つのモデルコース

昨年秋に市と別所温泉旅館組合が、モデルコースを設定。これは「塩田平を歩く会」が定例会で歩いたコースの中から三つを選んだものです。各コースには、道案内役の立て看板をそれぞれ三十本ずつ道路の曲り角などに立ててあります(‖写真)。さらに、詳しい地図がモデルコースごとに用意され、上田交通別所線の別所温泉駅や下之郷駅、塩田町駅で一部三十円で販売していますので、ご利用ください。

楽しく歩くために

①地図は情報源。どこに何があり、どの道を歩くか、すべて確認できる。②道端にいる人などに声をかけ、その土地の生活ぶりを尋ねる。③見たもの、聞いたことなど何でもメモしよう。④メモしてきた情報をもとに自分だけの地図を描いてみよう。

ご存じですか

このような行為は法律によって禁止されています

＝明るい選挙 3つのルール＝

わたしたちの大切な代表は、お金のかからないきれいな選挙で選びたいものです。それにはまず「寄附禁止」のルールを守ることから。例えば、政治家や候補者に地元のスポーツ大会への差し入れを求めたり、政治家や候補者がお葬式の香典・花輪などを選挙区の人に贈ったりすることはルール違反。法律でも禁じられていますので、気をつけましょう。

贈らない

- 野球大会やママさんバレーへの差し入れ
- 親ぼく旅行への差し入れ
- ゴルフコンペなどの賞品

求めない

- 祭りの寄附やお酒
- 集会の飲食代
- 開店祝などの花輪や祝金

受けとらない

- 結婚・出産・入学・卒業・就職の祝金
- ちょっとしたおみやげ
- お中元やお歳暮
- 葬式の香典や花輪

上田市明るい選挙推進協議会

健康メモ

生活の見直しと定期検診を

――成人病予防のために――

心臓疾患、がん、脳卒中といった成人病で亡くなるかたが増えています。上田市でも昨年五百七十七人（六七％）のかたが亡くなっています。予防するには、日ごろから生活を見直し、定期的に検診を受けることなどが必要です。今回は昨年の統計から拾ってみました。

昨年854人が死亡

現在、上田市の人口は約十一万八千人。そのうち、六十五歳以上の人口は約一三・五％で、年々増加の傾向にあります（昭和五十年が約一〇％）。高齢化社会といわれるゆえんです。

ところで、昨年亡くなられたかたは八百五十四人で、人口千人当たり七・三％となっています。この死亡率は例年あまり変動がありません。

働き盛りの男性 ―要注意！

では、死亡時の年齢はどうでしょうか。六十歳以上が七百十四人で、全体の八四％を占めています。特に、平均寿命が男性より長い女性は、八十歳以上で亡くなっているかたが二百二人（男性百五十一人）となっています。

また、男性は働き盛りの三十～五十代で亡くなるケースが多くなっています。「若いから」

「まだだいじょうぶ」といった気持ちが、体を思いやることから遠ざけているのでしょう。油断は禁物です。

三代成人病がトップ

全死亡者の死亡状況をみてみましょう。いわゆる「三大成人病」で亡くなっているかたが、五百七十七人と多く、全体の3分の2以上を占めています（**グラフ①**）。

トップは心臓疾患、続いて悪性新生物（がん）、脳血管疾患（脳卒中）となっています。なお、男性はがん、女性は脳血管疾患が一位となっています。

生活習慣の見直しと早期発見で

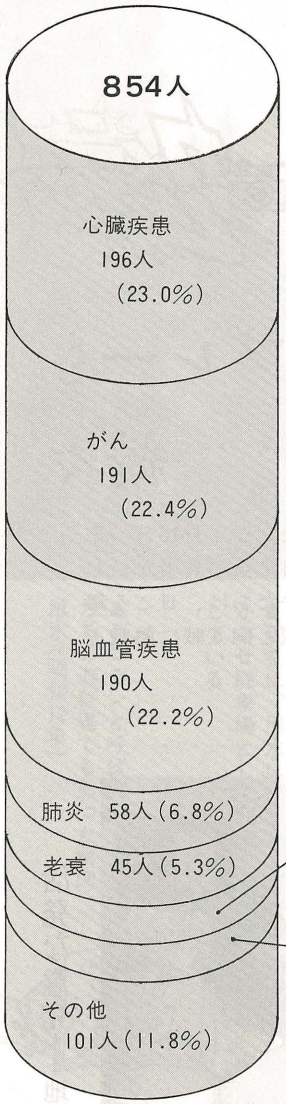
グラフ②は三大成人病のうち、がんで亡くなったかたの男女別の内訳です。

市では、上位を占める胃がん、大腸がん、肺がん、子宮および乳がんの検診を実施しています。胃がん、子宮がん、乳がんなどはいずれも早期に発見して治療すれば、ほぼ完全に治るようになってきています。

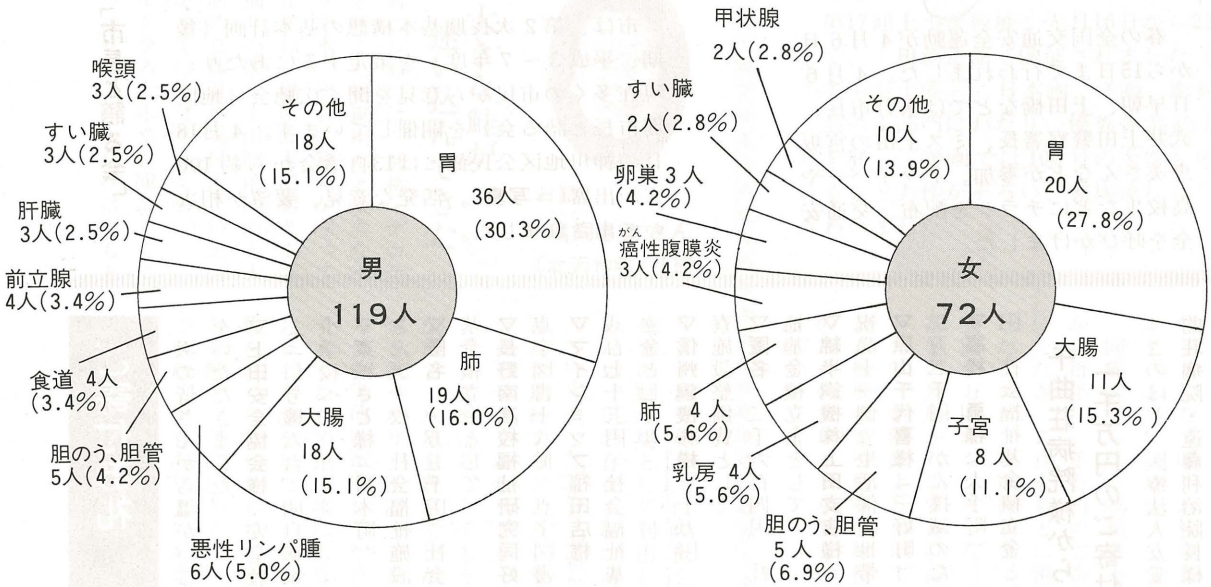
また、上田市も大腸がんによる死亡が年々増えてきていますが、食生活や禁煙など生活習慣の改善により、かなりのものが予防できるようになってきています。

そのほかにも市では、各医院で一般健康診査を実施しています。年一回は必ず定期的に受診しましょう。三大成人病を予防するためには、若いころからの生活習慣の見直しと定期検診がぜひとも必要です。

●問い合わせ　保健予防課（内線1376）



▲グラフ①　昭和63年全死亡状況



▲グラフ②　がん死亡の状況（191人）

カラーセット

ファインプレーも続々

第６回「西部公民館卓球大会」が４月16日、市民体育館で開かれました。13自治会の若者からお年寄りまで約160人が参加。選手たちは、日ごろ鍛えた技をそれぞれ発揮、団体戦と個人戦に熱戦を繰り広げました。

気をつけて ね

春の全国交通安全運動が４月６日から15日まで行われました。４月６日早朝、上田橋などでは永野市長、武井上田警察署長、ミス上田の宮坂恵美さんなどが参加。ドライバーや高校生などにチラシを配布、交通安全を呼びかけました。

活発な意見―地区別「市長と語る会」

市は、第２次長期基本構想の基本計画（後期、平成３～７年度）を策定するにあたり、現在多くの市民から意見を聞く広聴会（地区別市長と語る会）を開催しています。４月18日の神川地区公民館には13自治会から約100人が出席（＝**写真**）。活発な意見、要望が相次いで出されました。

ご寄付お礼

次の皆さんから温かいご寄付をいただきました。

▽**上田安全協会様**　安全教育用ミニ信号機六台、同自転車十台　小学校へ

▽**東城さと様**（材木町）　ぞうきん五十枚　社会福祉施設へ

▽**匿名**　一万五千円　社会福祉基金積立金として

▽**長野南高校福祉研究同好会様**　点字図書十八冊　点字図書館へ

▽**マイショップ福田店様**　八千八百七十三円　社会福祉基金積立金として

▽**信州鋼機㈱様**　十万円　報恩寮施設整備費として

▽**匿名**　二千六百四円　社会福祉基金積立金として

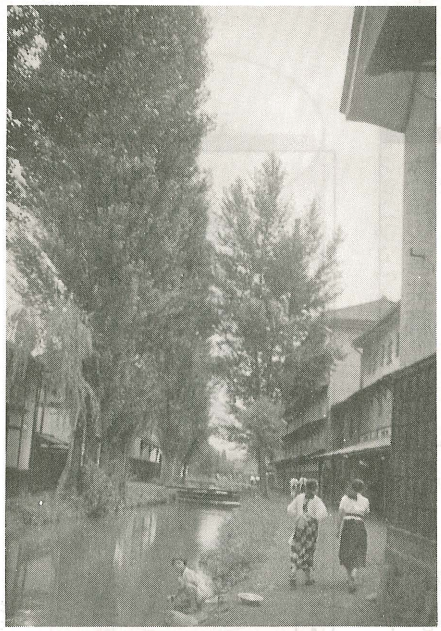
▽**綿半鋼機㈱上田支店様**　入学祝品十一個　生活保護世帯へ

▽**原山千代喜様**（三好町）　百二万二千円　がん撲滅のために

▽**高松　勇様**（大手町）　二万円　社会福祉基金積立金として

千曲荘病院様から一千万円のご寄付

このほど、医療法人友愛会千曲荘病院・遠藤利治院長様から



第26回

デコデンとポプラの大木（昭和12年）

▶現在は、用水に鉄板をかぶせ駐車場として利用している

▲デコデンと呼ばれ、子どもたちの遊び場でもあった桝網用水（昭和12年）

フォト なつかしの上田 UEDA

お話 猪飼きよさん（北天神町・75歳）

大きな鮭が迷い込んできた

昔の写真には、通称・デコデンと呼んだ桝網用水と大きなポプラの木、それに倉庫が写っていますね。場所は上田駅と蚕影町通りの間。上田駅前にある大型店の立体駐車場付近といえばわかっていただけますか。

ポプラの大木や倉庫はすでにありません。用水だけは今もありますが、その上に鉄板をかぶせ車の駐車場として利用しているため、川の存在も影が薄くなっています。この辺りの風景は、写真で比較すると大きく変わったことがよくわかります。

デコデンは昔、とてもきれいな川で、水量も豊富でした。なべを洗ったり、洗濯をするなど人々の生活に密着していました。子どもたちの遊び場にもなっており、水泳をしたり、鯉などの魚を取ったりしたものです。大きな鮭が、千曲川から迷い込んできたこともありましたよ。

※昔の写真は益子輝之さん（上常田）の提供です。

黄色いハンカチはお願いの合図

ご存じですか――障害者が困ったときに黄色いハンカチを振って助けを求める「黄色いハンカチ運動」。この輪を広げようと、提唱者の宇野弘信さん（56歳、福島県）が4月12日、上田市を訪れ、永野市長に黄色いハンカチ50枚を手渡しました。市では社会福祉協議会を通じ、障害者に贈ることに。

身近な美術展―力作ぞろい

第17回上小美術展が先月16日から23日まで、上田創造館で開催されました（上小美術会主催）。日本画、洋画、彫刻、工芸の4部門にわたり、優秀作品約170点を展示。洋画では100号の大作も見られるなど力作がそろい、家族連れらでにぎわいました。

今年も一千万円のご寄付をいただきました。厚くお礼申し上げます。

同病院からは、昭和六十一年から毎年、一千万円のご寄付をいただき、これをもとに創設された「スポーツ振興基金」は総額四千万円になりました。この基金の運用から生ずる収益については、条例によりスポーツの普及振興事業や健康の維持増進のためのスポーツ事業などに使われます。

市民ガイド

市役所の代表電話 ☎(22)4100

交通災害共済に加入しましょう

皆さんが加入されている交通災害共済は、五月三十一日で期限が切れます。五月中は自治会、学校と身近なところで申し込みができますので、ぜひご加入ください。会費は一人四百円です。

▽**昨年度加入した人**…申込書をお送りしましたので、継続の手続きをお忘れなく。

▽**昨年度加入しなかった人、転入で未加入の人**…申込書に必要事項を記入し、会費を添えて自治会へ申し込んでください。

▽**幼稚園、保育園、小学校、中学校へ通っているお子さん**…各園、学校から申込書をお送りします。園や学校で加入すると、百円の割り引きになります。

▽**今春、中学校を卒業した人**…今回から一般加入となりますので、自治会へ申し込んでください。市民課でも加入できます。

▽**加入が無料になる人**…次の人は、市が会費を負担するので無料になります。①生活保護を受けている人②身体障害者（一・二・三級）③療育手帳をお持ちの人④交通・災害遺児⑤七十歳以上の人（大正八年五月三十一日以前に生まれた人）

●**問い合わせ** 市民課（内線1358）

上田市総合美術展を開催します

▽**とき** 五月十八日(木)から二十一日(日)まで。時間は午前九時から午後五時（二十一日は午後四時まで） ▽**ところ** 中央公民館 ▽**内容** 洋画、日本画、俳画、写真、書道、彫刻、工芸、生花などを展示（入場無料）

▽**作品受付** 作品の搬入・受付は五月十七日(水)午前九時より午後一時までに中央公民館へ。出品料は一作品につき千円（高校生以下五百円）。 ▽**問い合わせ** 中央公民館（☎㉒0760）

日本赤十字社 社員社資の募集にご協力を

日本赤十字社は、国際的には飢餓、疾病などの救援、国内では献血・災害救援事業などを行っています。これらの活動は、社員に加入されたかたが出資する「社費」と趣旨に賛同されるかたから寄せられる「寄付金」によってまかなわれています（総称して「社資」といいます）。

赤十字運動の根幹をなす社員の増強と社資募集のため、自治会の役員さんと上田市赤十字奉仕団員が皆さんのお宅を訪問しますので、ご協力をお願いします。

▽**問い合わせ** 日本赤十字社上田市地区（社会課内）内線1621

寝たきり老人をかかえる家族の会

▽**とき** 五月十五日(月)午後一時三十分から三時三十分 ▽**ところ** 市保健センター（南庁舎二階） ▽**内容** 話し合いなど ▽**その他** 当日介護を代わるかたがいない場合は五月十日(水)までにご連絡ください。婦人ボランティアが伺います。 ▽**問い合わせ** 保健予防課（内線1376）

話しかけるように接することも大切

上田創造館主催事業 春の星空観望会

▽**とき** 五月十三日(土)、十四日(日)午後七時三十分から同九時 ▽**ところ** 天体観測室（屋上） ▽**内容** 月面と春の星座などを観望 ▽**参加料** 無料 ▽**その他** ①時間内に自由にお越しを ②中学生以下は保護者同伴で ③雨天・曇天時は中止します（午後七時に決定） ▽**問い合わせ** 上田創造館☎㉓1111

日曜広場がオープン

海野町商店会による日曜広場が今年もオープンしました。今後の日程は次のとおりです。

▽五月十四日 母の日ワゴンセール

▽六月十八日 夏先取り縁日

▽七月二日 上越フェアー

▽八月五・六・七日 七夕

▽九月十日 大ガレージセール

▽十月十五日 郷土芸能競演

▽十月二十二日 綱引き大会・さよならイベント広場、もちつき

なお、時間は午前十時から午後五時までです。

上田市制70周年

イベント情報

■農民美術作品展

▷とき　5月7日(日)～21日(日)午前9時～　▷ところ　上田創造館　▷内容　上田市の伝統工芸として名が高くまた特産品として好評の作品展

■記念植樹祭

▷とき　5月10日(水)午前10時～　▷ところ　市民の森　▷内容　70周年を記念して緑化推進の植樹

■「脳を守る」講演会

▷とき　5月13日(土)午後1時～　▷ところ　市民会館　▷内容　①脳に関する医療相談②ボケ予防や脳卒中についての講演（東大名誉教授佐野圭司さん、東大教授高倉公朋さん）

■市民短歌会

▷とき　5月14日(日)午前9時30分～　▷ところ　中央公民館　▷内容　上田短歌懇話会による歌会

■岳心流吟詠大会

▷とき　5月14日(日)午前9時15分～　▷ところ　文化会館　▷内容　岳心流による吟詠大会

■信濃茶道会第74回茶会

▷とき　5月21日(日)午前10時～　▷ところ　市民会館　▷内容　市民一般を対象とした春の茶会

■全国一斉ウォークラリー大会

▷とき　5月21日(日)午前9時～　▷ところ　川西公民館　▷内容　上田会場を設定し、市民の健康づくりとウォークラリーの普及を図ります。▷申し込み　体育課か川西公民館へ

5月21日・資源活用広場　家庭の不用品を活用しませんか

▽**とき**　五月二十一日(日)午前八時四十五分から午後二時（雨天の場合は二十八日(日)）　▽**ところ**　市役所駐車場　▽**各コーナー案内**　①委託販売コーナー＝家庭にある不用品を運営委員会がお預りして、展示即売。出品を希望する人は、当日の午前八時から九時までに品物の運び込みと受け付けをしてください（精算は当日の午後に）。②個人、グループコーナー＝個人やグループで集めた品物を各自で持ち寄り、値段をつけて展示即売。希望者は、当日の午前八時から九時までに品物の運び込みと受け付けをしてください。③団体コーナー＝婦人団体、福祉団体などが展示即売をします。④処分品コーナー＝事業所などのストック品を格安で販売します。

●**問い合わせ**　生活環境課内資源活用推進本部事務局（内線1390）

毎回好評の資源活用広場（昨年）

家族そろって大掃除を　5月は春の大掃除月間

長野冬季オリンピック　〝招致友の会〟の会員を募集

「長野冬季オリンピック招致友の会」は、招致運動が大きな輪に広がることを目指し、設けられました。会員には、オリンピックシンボル(五輪)付きの会員バッジが交付されます。

▽**申込方法**　所定の申込用紙に氏名などを記入のうえ、入会費千円を添えてお申し込みください。申込用紙は上田市体育協会(本庁舎四階・☎㉗9400)にあります。

交通事故の無料相談所

松本自動車保険請求相談センター（日本生命松本駅前ビル七階）では、交通事故の無料相談に応じています。

▽**相談日**　月曜から金曜日午前九時三十分～午後四時四十分（弁護士相談日は毎週木曜日午後一時～四時、第五を除く）▽**相談電話**　☎0263㉟7790（電話でも相談できます）

公共下水道

排水設備工事は指定工事店で

市では、左表のとおり三十四店を下水道指定工事店に指定しました。排水設備工事は指定工事店へ依頼してください（指定期間は四月一日から二年間）。

消費税は別に精算を

公共下水道排水設備工事にも消費税がかかります。工事費は、市で定めた単価により算出されますが、これには消費税は含まれていません。精算にあたっては、別に支払っていただくようになりますので、依頼した指定工事店に確認を。

●**問い合わせ**　下水道課（内線1533・1534）

自然運動公園

グラウンドにナイター設備

本格的に軟式野球ができる夜間照明施設が、多目的グラウンドに完成しました。ご利用ください。

▽**期間**　五月一日(月)から十月三十一日(火)まで。ただし、日曜日の夜間、八月十二日(土)から十六日(水)の夜間は休日となります。

▽**問い合わせ**　自然運動公園管理事務所（総合体育館）☎㊳7195

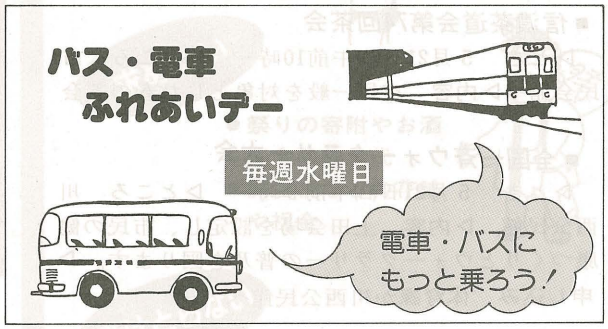
バンパーボードで遊ぼう

●バンパーボート（流水プール）
期間は五月二十八日(日)までの土・日曜日、祝日

●フィールドアスレチック、マレットゴルフ（十八ホール）
十一月末まで開設します。

公共下水道事業指定工事店

工事店名	所在地	電話
ミヤジマ技研㈱	下之郷248	38－2004
㈱宮下組	踏入2-1-17	22－0271
(資)石井設備工業	天神2-3-12	22－0302
㈱工藤商会	下之郷乙294-5	38－6956
㈲田丸工務所	常磐城6-11-13	22－3412
上野設備㈱	中央北2-1-20	22－8022
㈲大屋設備工業	大屋236-20	35－0217
㈱昭和設備工業	中央2-22-16	24－3911
㈱信和	常磐城3-13-17	24－3311
唐沢設備工業	上田2028	27－3540
トキワギ水道工事店	常磐城6-9-10	22－1343
中央設備工業	常田2-22-32	22－2853
㈲岩瀬設備	林之郷331	22－3741
㈱川上商会	大手2-4-48	22－0858
春原建設㈱	住吉1767	22－7018
日本ガス水道㈱	天神4-28-7	27－4434
長野プロパンガス㈱	国分542	22－5518
本州管工㈱	蒼久保1543-4	35－1054
㈲中村商会	天神1-6-6	25－1046
㈱城南ガス設備	上田原435	22－5123
ユニ設備	秋和882-3	27－7570
三栄工業㈲	中央東1-13	24－1256
北原設備㈱	緑が丘2-6-21	24－1797
㈱トーワ管工	住吉59-2	27－6249
ミヤガミ建設㈱	芳田1040	24－0486
㈲真田設備	住吉689	22－0102
宮島設備㈱	本郷610-1	38－7474
山崎設備工業㈲	緑が丘3-17-9	27－5558
㈲宮林設備	本郷587-1	38－7177
㈲川西設備	小泉849-1	24－3371
㈱信菱空調設備	下之条233-7	27－8722
㈲小林設備工業所	本郷409	38－2400
上野管工㈱	諏訪形635-3	24－3290
㈲矢沢管工	殿城1015-2	23－3699



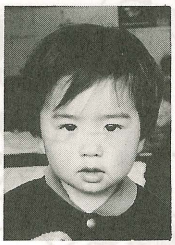
発明相談会を開催します

▽**とき**　五月十日(水)、七月十二日(水)、九月十三日(水)、いずれも午後一時～四時　▽**ところ**　上田商工会議所　▽**内容**　弁理士が特許・実用新案・意匠・商標の手続きなど発明についてなんでも相談に乗ります。▽**問い合わせ**　(社)発明協会長野県支部（☎0262㉘5559）

青年海外協力隊募集説明会を開催

▽**とき**　五月十一日(木)午後六時三十分～九時　▽**ところ**　市民会館　▽**内容**　隊員の近況を映画で紹介、OBによる体験談や応募相談など　▽**問い合わせ**　国際協力事業団関東支部（☎03－359－8281）

健診スナップ



森　宏明ちゃん
（田町）

長田恵梨ちゃん
（半過）

（1歳6か月児）

保健コーナー

保健予防課
（内線1374）

麻しん・おたふくかぜ・風しん

●MMRワクチンの予防接種

▷MMRワクチンとは　麻しん(はしか)、おたふくかぜ、風しんの混合ワクチンです。今までは麻しんの予防接種のみでしたが、今年度から、MMRワクチンによりおたふくかぜ、風しんの免疫も同時につけられるようになります。

▷対象者　①昭和62年4月1日から同年9月30日までの間に生まれた子どもさん②今までに麻しんの予防接種を受けたことのない子どもさん（ただし、1歳半以上6歳未満）　※麻しん、おたふくかぜ、風しんの1つまたは2つにかかったことのある子どもさんでも接種できます。ただし、麻しんの定期予防接種をすでに受けてある子どもさんは接種できません。

▷実施期間　5月8日(月)から5月31日(水)まで。子どもさんの健康状態のよい日を選んでください。

▷実施場所　別表の委託医療機関へ事前に電話などで連絡してからお受けください。

▷持ち物　母子健康手帳（問診票は委託医療機関にあります）

▷接種上の注意　①赤ちゃん手帳の中に予防接種を受ける前、受けた後の注意事項がありますのでご覧ください。②卵を食べて、あるいは薬を飲んで皮膚にはっしんの出たことのある子どもさん、3か月以内に輸血またはガンマグロブリンの注射を受けたことのある子どもさんは、注射を受けられないことがあります。接種する医師によく相談してください。③接種後5日ないし14日の間に発熱、はっしんが1日ないし3日間生じることがありますので、体の状態に注意し、もし高熱、けいれんなどの症状が出た場合には、速やかに医師の診察を受けてください。

▷その他　①接種料金は無料です。②今までどおりの麻しんのみの予防接種を希望するかたは、予防接種の前に保健予防課までご連絡を。

MMRワクチン予防接種委託医療機関一覧表　（50音順）

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
葦沢医院（森）	㉔2280	嶋村内科小児科医院（常磐町）	㉒3202
荒井医院（下紺屋町）	㉒0474	城南医院（御所）	㉒3481
飯島医院（築地）	㉒5011	豊田医院（下紺屋町）	㉒1158
池田医院（浦野）	㉛2007	新美医院（大屋）	㉟0012
池田クリニック（川辺町）	㉒5041	日新堂病院（馬場町）	㉒0558
上田生協診療所（秋和）	㉓0199	橋本医院（舞田）	㊳2033
遠藤内科医院（馬場町）	㉒0051	堀内医院（大屋）	㉟0104
金井内科小児科医院（国分）	㉒9716	松尾内科小児科医院（下常田）	㉒1355
神科診療所（長島）	㉗3331	三原内科医院（中之条）	㉗6500
熊坂内科（上塩尻）	㉒1936	宮坂内科小児科医院（下常田）	㉒0759
小井土内科医院（下川原柳）	㉗6666	宮下内科小児科医院（上堀）	㉒1233
甲田内科小児科診療所（石神）	㊳3065	三好町産婦人科医院（御所）	㉓2381
小松内科循環器医院（上川原柳）	㉒2200	村上医院（末広町）	㉒3740
斉藤外科医院（下青木）	㉟0887	柳沢病院（北大手）	㉒0109
ささき小児科医院（城北）	㉗7700	横山医院（大屋）	㉟0008
佐藤医院（五加）	㊳2543	吉田こども医院（踏入）	㉔1222
佐藤胃腸科内科医院（鷹匠町）	㉒2342	和方内科医院（塩田新町）	㊳2540
塩田病院（中野）	㊳2221		

●ポリオ生ワクチンを投与（2回目）

2回目を下表のとおり行います。該当する子どもさんはお受けください。詳しくは、3月16日付け広報をご覧ください。

ポリオ(小児まひ)予防接種日程表

会場名	接種日 2回目	対象地区
塩田母子健康センター	5月23日(火)	塩田地区
川西社会福祉センター		川西地区
上田市保健センター	5月25日(木)	東部地区 中央地区 西部地区
上野が丘公民館		神科・豊殿地区
神川地区公民館		神川地区
上田市保健センター	5月30日(火)	南部地区 北部地区 塩尻地区
川辺町会館		川辺・泉田地区
三好町会館		城下地区

※時間は午後1時30分から2時30分まで。
※1回目と2回目の間隔は6週間以上あけてください。

苦情や相談をお寄せください

春の行政相談週間　5月14日～20日

「役所や道路などの案内標識はわかりやすいだろうか」「役所の事務処理が誤っていると思うが」――。

このような行政に対する住民の皆さんの苦情、要望、意見を聞き、解決を図るのが「行政相談」です。また同時に、行政相談はそれらの事例や、寄せられた意見をその後の行政運営に生かすという大切な役割も担っています。

〈行政上の身近な問題、苦情を解決〉

わたしたちが行政に対する苦情を申し出る際、身近な「窓口」になってくれるのが「行政相談委員」です。行政相談委員は、総務庁長官が特にお願いした、民間の有識者のかたで、全国の市区町村に配置されています。お気軽にご相談を（**下表**）。

〈一日合同行政相談所を開設します〉

五月十四日㈰から二十日㈯までは「春の行政相談週間」です。長野行政監察事務所、上田市などでは、次により「一日合同行政相談所」を開設します。役所の仕事に関してご相談のあるかたはお気軽にお出かけください。

▽**とき**　五月十九日㈮午前十時から午後三時　▽**ところ**　上田西武（市民ギャラリー）

行政相談委員　（敬称略）

氏名	住所	電話
鋒城直巳	天神4－19－16	㉒6176
西沢静枝	富士山4,391	㊳3595
三井宣茂	殿城1,290	㉔5425
落合さわの	上田2,512－2	㉓2800

おくやみ

（三月届け出分）

ごめい福をお祈りします。

田中たついさん　北天神町　七七
清水武子さん　須川　七六
砥石すぎ子さん　緑が丘北　七二
加藤忠治さん　小泉　八六
瀬川匡人さん　大手町　八一
小山みさのさん　大手町　八二
中島彦輔さん　染屋　九〇
緩詰喜代治さん　秋和　八四
高田武雄さん　上川原柳町　六三
小泉久平さん　小泉　八九
柳沢ハナさん　材木町　七五
清水浩さん　築地　七六
金沢しげとさん　鈴子　八九
関田ふみさん　鈴子　八三
福尾けさ子さん　上田原　五四
吉沢篁さん　神畑　八六
和田泉さん　下小島　八五
篠田辰夫さん　町吉田　六〇
池田じつさん　半過　七三
柳沢三蔵さん　秋和　八八
山極正之さん　塩田新町　六六
金井六のさん　神畑　八〇
斉藤田鶴子さん　伊勢山　七三
柳沢けさじさん　下本郷　八四
宮入基章さん　千曲町　八〇
塩入しづ子さん　東築地　七〇
浅田義次さん　踏入　九二
出口カツさん　みすず台南　九二
山岸一雄さん　鍛冶町　五六
山部喜興寿さん　上常田　七一
滝沢忠夫さん　新町　五四
宮沢ゆきさん　上沢　七五
清水フユさん　吉田　七八
市村要さん　岡　九三
喜読トシ子さん　藤之木　六九
島形律子さん　倉升　四六
北沢政亀さん　中村　八四
正村まささん　矢沢　九二
山口龍さん　上川原柳町　八二
加藤一郎さん　染屋　八〇
田中きくよさん　山口　八二
関三省さん　下川原柳町　六八
林春美さん　金井　六九
清水忠子さん　諏訪部　七一
宮沢兵部さん　西前山　八九
中村よしのさん　新屋　八四
阿形貢司さん　緑が丘北　七七
中村よしみさん　大日木　八〇
箱山常子さん　小井田　四六
田中袈裟利さん　川辺町　五八
宮崎幸さん　小泉　九三
井沢征子さん　常磐町　五〇
田村弘さん　みすず台南　五五
宮原英俊さん　鷹匠町　七四
手塚真一さん　須川　六六
滝沢トキさん　踏入　八三
中村たみ子さん　舞田　六〇
小池豊さん　手塚　八二
池内あさのさん　大屋　九三
平野十太さん　新屋　八八
丸山浜子さん　福田　七九
嶋尾うしのさん　踏入　六三
関口熊雄さん　城北　七二
松浦貞さん　御所　八七
曽我三郎さん　中常田　八六
増沢すみさん　北常田　九五
久保田まつみさん　川辺町　八三
保屋野治郎さん　保野　七九
角田為雄さん　吉田　六九
綱島正子さん　泉町　五七
生島利作さん　浦野　七二
滝沢ふさいさん　上常田　七七
小坂井孝さん　御所　八四
小林熊吉さん　緑が丘西　七七