

平成12年
[2000]
No.1301

8.16

- 上田市役所 (TEL 24100) (FAX 24100)
- 市政提言電話 (TEL 25239)
- 市政提言FAX (FAX 235111)
- 市長への電子メール
mayor@city.ueda.nagano.jp
- インターネット上田市のホームページ
URL <http://www.city.ueda.nagano.jp/>



東昌寺 (撮影…堀内孝久さん)

萬年山東昌寺。浦野宿を過ぎ、深い静寂に包まれた道を進んで行くと、鳥の舞い立つような姿をした、立派な鐘楼が見えてきます。市指定文化財でもあるこの鐘楼が建てられたのは1841年。天井に竜の絵があることで知られていますが、そのほかにもたくさんの彫刻で埋められており、そのみごとな彫りが人の目を驚かせます。

7月22日(土)、「上田の景観80選」を対象にした景観ウォーキングが開催されました。参加者は約40名。上田市景観アドバイザーの滝沢かねこさん、地域歴史研究家の渡辺惣承さんを講師に迎え、美しい景観をスケッチしたり、写真に収めたりしながら、浦里小学校、浦野宿、東昌寺周辺の散策を楽しみました。

「まさに『聴鐘知有古寺 (鐘を聴いて古寺あるを知る)』。山深き静寂に名刹一寺。東昌寺周辺は、ほっと一息つけるそんな場所です。大法寺から東昌寺、浦野宿へのハイキングもいいですよ」と堀内さん。

現在、市と青木村で協議をしながら、東昌寺と大法寺をむすぶ道路の整備を検討しています。道路が整備されると、東昌寺と大法寺、二つの文化財を結ぶ、新たなビューポイントが誕生します。

■案内図 (一部)



景観ウォーキング(浦野宿)



③

東昌寺一帯 (浦野)
(歴史系)



▲推薦者
堀内孝久さん
(セレーノ八木沢)



ノウゼンカズラ

目次

広報うへだ	1
情報うへだ	4
保健ガイド	10
教育うへだ	11

9月1日

上田市地震総合防災訓練を実施

主会場：豊殿小学校・農村環境改善センター

市では、9月1日の「防災の日」に併せ、毎年、上田市地震総合防災訓練を実施しています。今年も9月1日(金)の午前中に、豊殿地区を重点に実施します。

大規模直下型地震による郊外住宅地における同時多発型の災害発生を想定し、災害に対し各人・各機関が的確な行動がとれるようにするため、豊殿小学校および農村環境改善センターを主会場に、火災想定訓練、避難誘導訓練、救助・救出訓練、初期消火訓練、応急救護訓練、救援物資輸送訓練、応急給水・浄水訓練、給食訓練、ライフラインの復旧訓練など各種訓練を行います。

特に今年は、両会場で復旧訓練を除いてほぼ同内容の訓練を実施します。訓練参加自治会、警察、消防、ライフライン関係、ボランティアの皆さんが災害に対応した訓練を協力・連携しながら行います。



防災訓練に参加しよう！

阪神・淡路大震災から5年半以上が過ぎました。震災の記憶が徐々に薄れる中、北海道有珠山が噴火し、周辺住民が長期にわたる避難生活を余儀なくされ、今なお不安な生活を送っています。

また、三宅島、新島および神津島近海では有感地震が1万回以上に達し、震度6を超える地震も発生しています。

災害は、いつ発生するかわかりません。いざというときの対応を再確認するためにも、自治会等が主催する防災訓練への積極的な参加をお願いします。

また、各企業・事業所等においても訓練を実施していただくようお願いします。

アマチュア無線局の皆さんへ

9月1日の訓練の一つとして、アマチュア無線を使った情報収集・伝達訓練を行います。

現地災害対策本部（豊殿小学校）等にアマチュア無線局を開局し、メリット交換を行いますので、アマチュア局で参加いただけるかたは、最寄りの場所から参加をお願いします。

▽訓練時間 午前8時35分～11時40分

▽使用周波数 144MHz帯

①145・68MHz

(メイン周波数)

②144・68MHz

430MHz帯

①433・68MHz

(メイン周波数)

ボランティア参加者募集

訓練当日、訓練にボランティアとして参加していただけるかたは、午前10時までに豊殿小学校（訓練受付場所）にお集まりください。会場で行われる給食訓練、救援物資集配訓練にご参加いただけます。なお、車でのご来場はご遠慮ください。

交通規制にご協力を！

この訓練を実施するに当たり、当日は訓練会場周辺で交通規制を行います。

また、豊殿地区一帯で緊急車両がサイレンを鳴らしながら走行しますのでご理解とご協力をお願いします（左図参照）。



災害に備えて

いつ起きるかわからない災害、日ごろから災害を意識し、それに対する備えをしているか。それがあなたの生死を分けるかもしれません。

■家庭内の危険箇所を点検しよう！

- ① たんす、本棚、照明器具の固定具合はどうですか？
- ② ブロック塀が倒れたり、屋根がわらが落ちたりしませんか？

■わが家の防災会議を開こう！

- ① 災害発生時の家族一人ひとりの役割分担は決まっていますか？
- ② 家族が離ればなれになったときでもあわてないよう災害時の集合場所・連絡先・連絡方法を決めてありますか？

- ③ 避難場所・避難ルートがわかっていますか？（広域避難場所は別表のとおりです）

■避難のポイント

避難は「早めに」「徒歩で」「集団で」そして「持ち物は最小限に」

- ① 避難する前に火元を再確認、ブレイカーは落としておく
- ② 避難先のメモを残す
- ③ 車は使わない
- ④ 安全な経路を歩いて避難場所に

▽服装

- ① ヘルメット等で頭を保護する
- ② 燃えにくい素材の長袖・長ズボンを着用

■広域避難場所一覧表

地区	広域避難場所	所在地	電話番号	対象自治会
東 部	信州大学繊維学部	常田3-15-1	22-1215	踏入・泉町・上常田・中常田・下常田・北常田・材木町・常入
	東部地区防災センター	常田2-30-20	24-6205	
	東小学校	材木町1-10-13	22-0105	
南 部	日本たばこ産業株上田工場	天神3-5-8	22-1210	南天神町・泉平・北天神町・松尾町・鷹匠町・本町・末広町・大手町
	第二中学校	大手1-1-45	22-0103	
中 央	旧第一中学校・中央公民館	材木町1-2-3	22-0760	横町・海野町・原町・袋町・馬場町・田町・丸堀町・木町・北大手町
	清明小学校	大手2-4-41	22-0804	
北 部	北小学校	中央北3-1-52	23-1621	上川原柳町・下川原柳町・愛宕町・上鍛冶町・鍛冶町・上房山・下房山・柳町・新田・山口・上紺屋町
	第三中学校	中央北3-3-62	22-1622	
西 部	西小学校	常磐城5-1-53	22-0419	下紺屋町・鎌原・西脇・新町・諏訪部・生塚・常磐町・緑が丘・新屋・緑が丘北・緑が丘西・城北
	市民体育館(上田城跡公園含む)	常磐城1-1-30	22-8699	
城 下	城下小学校	諏訪形926	23-0708	小牧・諏訪形・須川・中村・朝日ヶ丘・三好町・御所・中之条・千曲町
	第四中学校	諏訪形1,200	22-2753	
	上田千曲高等学校	中之条626	22-7070	
	南小学校	中之条485	25-3721	
塩 尻	塩尻小学校	上塩尻219	22-1904	秋和・上塩尻・下塩尻
	塩尻地区公民館	上塩尻253-1	27-9836	
	上田西高等学校	下塩尻868	22-0412	
川 辺 田	川辺小学校	上田原367	22-5008	上田原・川辺町・倉升・神畑・下之条・築地・東築地・半過・福田・吉田
	上田創造館	上田原1,640	23-1111	
	川辺・泉田地区防災センター	福田30-4	25-6924	
神 川	東京特殊電線株[トウトク会館]	大屋300	34-5211	大屋・岩下・下青木・みすず台南・みすず台北・上青木・梅が丘・久保林・黒坪・上沢・国分・下堀・上堀
	神川地区公民館	国分421-イ	25-1682	
	神川小学校	国分1,386	22-5302	
	第一中学校	国分200	21-2680	
神 科	神科小学校	住吉282-口	22-0652	畑山・伊勢山・富士見台・神科新屋・野竹・西野竹・笹井・川原・岩門・染屋・蛇沢・金井・大久保・長島・金剛寺・住吉が丘
	第五中学校	上野441	22-3076	
	神科児童センター	住吉551-1	25-2055	
	上田染谷丘高等学校	上田1,710	22-0435	
豊 殿	豊殿小学校	芳田番外1,661	22-4004	森・大日本・長入・宮之上・小井田・中吉田・町吉田・ひかり・桜台・下吉田・林之郷・下郷・岩清水・矢沢・赤坂・漆戸
	農村環境改善センター	芳田1,261-2	35-2840	
富 士 山	塩田構造改善センター	富士山3,349-1	38-0075	下組・中組・奈良尾
東 塩 田	東塩田小学校	古安曾1,113	38-2717	平井寺・鈴子・石神・柳沢・下之郷・桜
	東塩田保育園	下之郷806-3	38-2552	
中 塩 田	中塩田小学校	中野93	38-2515	下本郷・東五加・五加・上本郷・中野・上小島・下小島・保野・学海南・舞田・八木沢・八舞・学海北・セレーノ八木沢
	塩田中学校	中野377	38-2501	
	塩田西ティサービスセンター	舞田93-2	38-2648	
	オルガン針織中央工場	神畑160	38-3250	
西 塩 田	旧西塩田小学校	手塚1,067	38-2555	十人・塩田新町・東前山・西前山・手塚・山田・野倉
	塩田西小学校	山田476-1	38-0900	
別所温泉	相染閣	別所温泉1,826	38-2100	分去・大湯・院内・上手
浦 里	浦里小学校	浦野237	31-2001	仁古田・岡・浦野・越戸・藤之木
	川西小学校	仁古田508	31-2014	
小 泉	第六中学校	小泉21-1	22-5013	小泉
	川西社会福祉センター	小泉863-1	22-5004	
室 賀	室賀基幹集落センター	上室賀1,432-1	31-3759	下室賀・上室賀・ひばりヶ丘
	室賀保育園	下室賀2,336-1	31-2142	

- ③ 手袋をはめる
 - ④ 底が厚く丈夫な靴をはく
 - ⑤ 両手は空けておく
- 非常持ち出し品の点検・調達をしよう！
- ① 非常持ち出し品は袋やリュックなど

- ② すぐに取り出せるところに置いてありますか？
- ③ 赤ちゃん、お年寄り、病人など家族構成に応じて準備されていますか？

■問い合わせ

総務課 (☎ 23 5 3 3 2)
消防本部 (☎ 26 0 1 1 9)

- ④ 食品などは賞味期限が過ぎていませんか？

※避難場所の対象自治会はいくまでも目安であり、最寄りの場所に避難してください。
※避難所として使用する建物は、学校においては体育館とします。ただし状況により他の建物も開放します。



公用車としてハイブリット車購入

市では、この7月に省エネルギーで効率が高く、クリーンなハイブリット車を、公用車として2台導入し、地球環境の保全に取り組んでいます。

省エネルギーと環境保全は、今もっとも大事な関心事です。市民の皆さんもきれいな地球を守るためにエネルギーの節約にご協力ください。



お知らせ

天神通りで

電線共同溝事業本体工事開始

商工課市街地商業活性化担当

(TEL 23-5396)

6月5日(月)から始まった天神通り(天神一丁目交差点～天神二丁目交差点L=260m)の電線共同溝事業では、市民の皆さんをはじめおおいのかたにご不便をおかけしていますが、アーケード撤去工事も終わりに、いよいよ本体工事が本格化してきます。工事区間は天神通りの北側と南側の一部で、この区間の工事期間は、12月10日(日)まで予定しています。

今後ともご不便をおかけしますが、工事に伴う歩行者の安全確保、交通体系、騒音にはじゅうぶんに配慮するよう施工業者には指導してまいりますので、皆さんのご理解、ご協力をお願いします。

訪問販売に

ご注意ください！

生活環境課 (TEL 23-5120)
上田消費生活センター (TEL 25-0998)

最近、なかば強要する訪問販売の被害情報がいくつか寄せられています。じゅうぶんにご注意ください。

▽訪問販売の種類

補習用教材・浄水器・ふとん・健康食品・屋根や家の増改築工事

▽被害にあわないための注意事項

① 必ず相手の業者名、住所、電話



番号、担当者の名前を確認する
② あわてて買わない。本当に必要か、金額は、契約書は、等家族で確認相談する

市営住宅

入居者募集

景観建築課 (TEL 23-5430)

市営住宅の入居者を、次のとおり募集します。募集団地など、詳しくはお問い合わせください。

▽募集団地

千曲町団地身体障害者向け住宅一戸、古里団地

ほか ▽受付期間 9月1日(金)

～同8日(金) ▽申し込み 景観建築課市営住宅係へ

女性のためのマルチメディア入門講座(4回コース)

男女共同参画課 (TEL 23-5245)

▽とき 9月26日(火)・10月3日(火)・同17日(火)・同24日(火)午前

10時～正午 ▽ところ メディア

アランド UEDA ▽対象 パソコン初心者

の女性 ▽定員 20名(応募者多数の場合は抽選)

▽参加費 6000円 ▽申し込み

はがきに住所・氏名・電話番号を記入のうえ、9月8日(金)(必着)までに男女共同参

画課(TEL 386-8601上田市大手1-11-16)へ ▽その他

講座内容等、詳しくはお問い合わせください

女と男がいきいきと暮らせる社会を

男女共同参画課 (TEL 23-5245)

〈市民の声から(50歳代女性)〉

夫の変身

熱烈な(?)恋愛の末、結婚した夫は亭主関白の見本のような人でした。

店の仕事のほか、家事や育児いっさいを妻がするのは当たり前、私がかぜをひいて寝ていると「だいじょうぶか。めしの用意はできているか」というだけで準備をしてくれるふうもない。私が「箸を出しておいてくださいな」と頼むと、自分の箸だけをそろえてすましている始末。

そんな夫が変身したのです。友人から、数年にわたり全身まひの妻を在宅看護している男性の「妻が元気なとき、家事を手伝って好きなことをする時間をつくってあげたかった」という話を聞いたのがきっかけでした。

ともに元気であることの有り難さを感じた夫は、積極的に家事に参加し、私も素直に「ありがとう」を連発しているこのごろです。

「共に生きる」とは、思いやりと感謝の上に成り立つものかもしれません。

■9月の粗大ごみ回収日

9月16日(土)…クリーンセンター駐車場

回収時間は午前10時～正午。処理費用(実費)がかかります。

更新認定でショートステイの利用日数が 2倍に拡大される場合があります

介護保険の認定は原則6か月ごとに見直しするため、現認定の有効期間が終了する60日前までに、再度申請をし、更新認定を受けることになっています。

在宅介護をよりいっそう支援していくため、この更新認定申請の際に、次のすべての要件に該当するかについては、更新認定された要介護度で利用できるショートステイの日数（原則6か月の認定有効期間内）を、本来の利用限度日数の2倍（要介護5のかたは1.5倍）に拡大します。

拡大後の利用日数については、更新認定結果通知に同封される介護保険被保険者証によりご確認ください。

■該当要件

- ① 8月以降に更新申請をされたかた。
- ② 更新認定申請の3・4か月前の月において、ショートステイの利用が限度日数を超えていないかた。
- ③ 更新認定申請の3・4か月前の月において、訪問通所サービス（ホームヘルプサービス・訪問看護・デイサービスなど）の利用が、支給限度額の6割未満であるかた。
- ④ 更新認定申請の3・4か月前の月において、医療入院や施設入所、ショートステイの利用日数が7日以下であるかた。

■ショートステイの利用可能な拡大日数

要介護度	本来の利用限度日数	拡大後の利用可能日数
要支援	6か月に7日（1週間）	6か月に14日（2週間）
要介護1	6か月に14日（2週間）	6か月に28日（4週間）
要介護2	6か月に14日（2週間）	6か月に28日（4週間）
要介護3	6か月に21日（3週間）	6か月に42日（6週間）
要介護4	6か月に21日（3週間）	6か月に42日（6週間）
要介護5	6か月に42日（6週間）	6か月に63日（9週間）

介護保険の更新申請が開始

介護保険の要介護認定には認定の有効期間が設けられており、引き続きサービスを利用するには再度申請（更新認定申請）を行い、認定を受け直す必要があります。

更新申請は有効期間終了日の60日前からできますので、被保険者証に記載されている認定の有効期間を確認いただき、早めの手続きをお願いします。

問い合わせ 高齢者介護課・介護保険なんでも相談電話（☎235140）

メディアランドUEDAの
セミナーへ
メディアランドUEDA（☎991000）
各種セミナーへお出かけください。
■初めてのパソコン日本語入力入門講座（定員16名）
▽とき 9月1日（金）午後1時30分～3時30分
▽対象 初心

者 ▽受講料 1500円
■デジタルカメラ&写真加工入門（定員16名）
▽とき 9月2日（土）午後1時30分～4時30分
▽対象 パソコン経験者 ▽受講料 2000円
■だれでも簡単ノインターネッ
ト入門（Windows・定員16名）
▽とき 9月9日（土）午後1時30分～3時30分
▽対象 パソコン経験者 ▽受講料 2000円

30分～3時30分 ▽対象 初心者 ▽受講料 1500円
■今日から始めるノホームページ作成セミナー（定員16名）
▽とき 9月10日（日）午前10時～午後4時
▽対象 パソコン経験者 ▽受講料 4000円
■プロが指導する「Adobe Illustrator8入門」（定員20名）
▽とき 9月15日（金）午前10時30分～午後4時
▽対象 初心者 ▽受講料 4000円

■勤労青少年ホーム9月開講講座日程表

講座名	曜日	期間	回数	定員	受講料	活動時間	材料費等
料理	月	9/4～	12回	18名	1800円	18:30～	材料費5000円程度（12回分）
木彫り	月	9/4～	12回	12名	1800円	19:00～	材料費2000円程度・彫刻刀
料理	火	9/5～	12回	18名	1800円	18:30～	材料費5000円程度（12回分）
エアロビクス	水	9/6～	12回	30名	1800円	19:00～	運動のできる服装
料理	木	9/7～	12回	18名	1800円	18:30～	材料費5000円程度（12回分）
絵画・油絵	木	9/7～	12回	20名	1800円	18:30～	詳細は、ホームへ確認を
初級英会話	木	9/7～	12回	20名	1800円	19:30～	テキスト代（3150円）
社交ダンス	金	9/8～	12回	18名	1800円	19:30～	詳細は、ホームへ確認を

※ほかに、利用者協議会費500円が必要

勤労青少年ホーム（☎27117）
▽対象 事業所等に勤務する35歳までのかた
8月23日（水）～同25日（金）（午後零時30分～9時）に、受講料を添えて勤労青少年ホーム（消防本部前）までどうぞ。電話でも受け付けます

勤労青少年ホームの 9月開講講座へ

午後4時 ▽対象 パソコン経験者 ▽受講料 4000円
▽講師 杠聡さん

■ウィークエンドリサイクル9月の日程

回収時間は午前10時～正午（時間厳守）。家庭のびん、缶、古紙、古布が出せます。アルミ缶は、つぶして出しましょう。

9月2日（土）…ツルヤ大屋店、マツヤ川西店、上田市福祉会館東側駐車場
9月9日（土）…西友秋和店、西友三好町店、Aコープコア塩田店
9月16日（土）…マツヤ上田インター店、やおふく上堀店

Media Trigger 2000 平成12年度新映像塾

ソリニア編集を学びます。

▷とき 9月23日(土)～10月29日(日) (平日夜間、土・日曜日、休日を利用します) ▷ところ

メディアランドUEDA ▷対象 高校生以上で映像制作に興味のあるかた ▷定員 36名

(応募多数の場合抽選) ▷参加費 ①一般…10000円 ②高校生…5000円 ▷応募 9月10

日(日)まで(当日消印有効)に、はがきかE-mailで、新映像塾Media Trigger 2000事務局(〒3

86-1211上田市下之郷812-1・☎391000・FAX391010・E-mail kayo@umic.ueda.nagano.jp)へ

映像塾申込書

氏名 _____ 性別 _____ 年齢 _____

住所 〒 _____

電話/Fax/E-mail _____

勤務先または学校名 _____

住所 〒 _____

電話/Fax _____

映像制作の経験および抱負 _____

色彩講座 タウンウォッチングに参加を

景観建築課(☎25430)

「色彩講座」タウンウォッチングを行います。

これは、実際に街歩きをしながら景観を考えるもので、今年は、アーケードが撤去された海野町・松尾町通りや、景観賞を受賞したところなどを予定しています。美しい景観のスケッチや写真撮影はいかがですか。

今回は、色彩講座受講者以外のかたも参加できますのでふるってご参加ください。詳しくは、お問い合わせください。

▷とき 9月2日(土)午後1時

5時(小雨決行) ▷ところ

中央公民館中庭集合 ▷講師

滝沢かねこさん(上田市景観

アドバイザー) ▷申し込み

8月25日(金)までに景観建築課へ

上田創造館 9月の催し

上田創造館(☎1111)

■うただアート&クラフトフェア2000

▷とき 9月2日(土)午前11時

午後4時・9月3日(日)午前10

時午後4時 ▷ところ 長池

公園(雨天の場合は、体育館・

コネードにて)

「うただ市民ふれあい広場」 の一環として(参加無料)

▷とき 9月9日(土)午前10時

▽内容 パソコンで絵をか

こう(午前10時～11時30分)・

つくって遊ぼう(午前10時～午

後2時)・プラネタリウムの投

影(11時～)

■天体写真展

▷とき 9月9日(土)～同24日

(日)午前9時～午後5時 ▷内容

中秋にちなみ、月面写真を中

心に展示

■天体写真の公募について

10月14日(土)から11月5日(日)ま

で、1階エントランスホールで、

天体写真展(地元のかたの写真

を中心に展示)を開催します。

▽対象 上小地区在住のかた

▽公募 9月23日(土)から同29

日(金)までに、電話かFAXで上

田創造館へ ▷規格 大きさは

自由(題名・データ・撮影者氏

名等を明記) ▷出品点数 原

則として一人3点まで ▷搬入

10月1日(日)から同7日(土)午前

9時から午後5時までに創造館

窓口へ(写真は額に入れる等、

展示の出来る状態でお持ちくだ

さい) ▷作品返却 11月8日

(水)から同12日(日)までに、創造館

窓口へ取りに来てください

■第2・4土曜日施設無料開放

9月9日(土)と同23日(土)は、上

No.	コース名	実施日	対象者(定員)	受講料	申し込み
91	入門平日	9月5日(火) 午前9時～午後4時	16歳以上の初心者(20名)	1000円	8月23日(水)まで
92	ワープロソフト ー太郎入門	9月12日(火)・14日(木) 午後6時30分～9時30分	16歳以上の初心者(20名)	3000円	9月1日(金)まで
93	ブラインドタッチ	9月16日(土)・23日(土)・30日(日) 午前9時30分～11時30分	16歳以上の初心者(20名)	5000円	9月4日(月)まで
94	入門休日	9月17日(日) 午前9時～午後4時	16歳以上の初心者(20名)	1000円	9月7日(木)まで
95	表計算ソフト エクスセル	9月19日(火)・20日(水) 午前9時～午後4時	16歳以上でマウス・キー ボードが使えるかた(20名)	6000円	9月15日(金)まで
96	入門平日	9月27日(水) 午前9時～午後4時	16歳以上の初心者(20名)	1000円	

※申し込み 「はがき」または「FAX」で、①コース名 ②氏名 ③年齢 ④郵便番号・住所 ⑤電話番号・FAX番号を明記のうえ、期日までに(当日消印有効)上田創造館パソコン教室受付係(〒386-1102上田市大字上田原1640番地・☎294100)へ。申し込み多数の場合は抽選とし、結果は全員に通知します。

不用品 交換情報

不用品になったもの、ほしいものがありましたら、生活環境課(内線1390)へご連絡を。

不用品の登録については、すべて無料のもののみです。ご了承ください。登録期間は6か月です。

ゆずります

▽双子用ベビーカー ▽子ども用食卓いす ▽布おもむつ ▽ベビー服(70～80cm) ▽室内用すべり台 ▽電話機 ▽子ども用おもちゃ ▽介護用ベッド ▽健康ぶら下がり機 ▽ルームウォーカー(スピードメーター付き) ▽パーヘル ▽リュック ▽ぬいぐるみ ▽地球儀 ▽食器(ガラス皿セット) ▽こいのぼり ▽ごみ箱 ▽ノーマルタイヤ(165/14)

ゆずってください

▽幼児用ブランコ ▽写真現像焼き付け用具一式 ▽ベビーカー ▽ギター ▽英語電子辞典 ▽エアコン ▽冷蔵庫 ▽炊飯器 ▽テレビ ▽VHSビデオデッキ ▽自転車 ▽ガスレンジ(プロパン用) ▽ファックス ▽ファミコン ▽ソファヘッド ▽二段ベッド ▽三人掛けソファ ▽げた箱 ▽事務机 ▽子ども用一輪車(16インチ) ▽鉄ハンマー

相談名	日時	会場など
法律相談 (予約制)	9月8日(金) 13:30~15:30 9月22日(金) 13:30~15:30	市役所 ☎ 4100 受付は…… 生活環境課 (本庁舎1階)
土地建物相談	9月14日(木) 13:00~16:00	
市民相談 交通事故相談	毎週月~金曜日 9:00~16:00	
児童相談	毎週月~金曜日 9:00~16:00	
母子相談	毎週月~金曜日 9:00~16:00	児童保育課 (☎直通 ☎2000) 児童保育課 (内1610)
人権・悩みごと相談	9月7日(木) 13:00~16:00	人権同和対策課 (☎直通 ☎5393)
農地問題相談	毎週月~金曜日 8:30~17:00	農業委員会 (本庁舎2階)
行政相談	9月11日(月) 10:00~15:00	上田西武
心配ごと相談	毎週月~金曜日 9:00~16:00	社会福祉協議会 (☎ ☎8080)
法律相談 (予約制)	9月16日(土) 10:00~正午	
児童相談	毎週土曜日 13:30~15:30	
権利をまもる相談 (予約制)	9月21日(木) 13:00~16:00	
結婚相談	毎週水曜日 10:00~15:00	社会福祉協議会 (☎ ☎3082)
法律相談 (予約制)	9月20日(水) 13:30~15:00	上田商工会議所 (☎ ☎4500)
保険年金相談	毎週月~金曜日 9:00~16:00	
融資・経営改善 特別相談	9月20日(水) 10:00~16:00	高齢者職業相談室 (上田パートサテライト内) (☎ ☎8011)
高齢者職業相談	毎週月~金曜日 8:30~17:00	
保育・子育て相談 (電話相談)	毎週月~金曜日 9:00~16:00	子育て支援センター 南部保育園内相談室 (☎ ☎3096)
保育・子育て相談 (面接相談)	毎週火・木曜日 9:00~16:00	

今月の納税

納期限 8月31日(木)

- 市県民税 2期
- 国民健康保険税 2期

便利で確実な口座振替のご利用を
テレホンガイドうえだ関連情報
(☎ ☎8888コードNo.279)

上田市消費生活展・ 資源活用広場の出展者募集

生活環境課 (☎ ☎5120)

「上田市消費生活展」と「資源活用広場」を同時開催で、2日間開催します。

次のとおり出展者を募集します。

▽とき 10月21日(土)午前10時
午後4時・10月22日(日)午前9時
午後4時
▽ところ 上田市勤労者体育館とその周辺
▽募集内容 ①消費生活、リサイクル等に関する展示・実演 ②新品・捨てるには惜しいまだまだ使える商品の販売をするフリー

マーケット ▽申し込み ①は9月5日(火)、②は9月20日(水)までに生活環境課へ

第3回「消費生活教室」へ お出かけください

生活環境課 (☎ ☎5120)

▽とき 9月7日(木)午後1時30分~3時30分
▽ところ 上田消費生活センター2階
▽講演 「消費生活は自分の心との対話です。だまされない、乗せられないための心理学」(講師：長野県短期大学教授・上原貴夫さん)
▽受講料 無料
▽申し込み 8月30日(水)までに生活環境課へ

税ワンポイント⑦

固定資産税について教えて！

Q1 家屋に対する固定資産税額はどのように計算するのですか。

A1 まず、課税対象の家屋と全く同じものを、評価の時点での場所に新築した場合に必要なとされる建築費を算定します。これをその家屋の再建築価格といいます。

次に、再建築価格に年数の経過によってしだいに古くなり、経済的価値も下がっていく状況を考慮した経年減点補正率を乗じ、新築後の経過年数に応じた評価額を算定します。この評価額に1.4%の税率を乗じると固定資産税額が算定されます。

「再建築価格×経年減点補正率÷評価額」

「評価額×1.4%÷固定資産税額」

なお、再建築価格、経年減点補正率については、全国的な統一性と市町村間の均衡を図るために自治省の「固定資産税(家屋)評価基準」が定められており、これに基づいて算定しています。したがって実際に支払われた建築費や売買金額とは異なります。

Q2 今年5月に古い住宅を取り壊し、そこに新たに住宅を建築し、10月に完成しました。それぞれの住宅の、固定資産税の課税はどうなりますか。

A2 固定資産税は毎年1月1日現在の状況で課税されます。したがって、古い住宅については平成12年1月1日現在では存在し、平成13年1月1日現在では取り壊されていることとなりますので、今年度は課税され、来年度は課税されなくなります。

一方、新しい住宅については、平成12年1月1日現在では存在せず、平成13年1月1日現在では完成していますので、今年度では課税されず、来年度から課税されることになります。

なお、家屋の全部または一部を取り壊した際には、市税務課や最寄りの支所に「取り壊し届出書」を提出してください。取り壊した年内に手続きをされないと翌年度以降も固定資産税が課税される場合がありますのでご注意ください。

また、新築住宅のうち一定の要件に当てはまる住宅は新築後3年または5年の間、固定資産税の減額措置があります。詳しくは市税務課へお問い合わせください。

■問い合わせ 税務課資産調査係 (☎ ☎8240)



私の好きな 日本のうた 2

旧宣教師館
コンサートVOL.17

～メゾソプラノ
リサイタル～

9月30日(土)午後6時30分開演
旧宣教師館(下之郷・リサーチパーク内)

- ▷うた 山崎孝美
▷曲 目 椰子の実、おぼろ月夜、
カチューシャの唄ほか
▷定 員 25名(先着順)
▷入場料 500円
▷申し込み 8月21日(月)から生涯学習
課(☎235102)で受け付けます。

■各団責任者と連絡先

名称	団委員長	連絡先
ボーイスカウト 第5団	丸山 正一	宮下 (☎2341)
ボーイスカウト 第13団	柳沢 覚	稲垣 (☎1387)
ボーイスカウト 第14団	松山十九生	中沢 (☎0960)
ガールスカウト 第5団	井上 妙子	宮原 (☎9403)
ガールスカウト 第25団	田邊 基子	田邊 (☎1492)

各団によって募集内容が異なります。詳しくは、各団連絡先
にお問い合わせください。

生涯学習課(☎235104)

ボーイスカウト
ガールスカウト 団員募集

教育

「明日に活かせるパソコン教室Part 2」

上田創造館において、パソコン教室を開催します。ご希望のかたは下記により生涯学習課までお申し込みください。

- ▷対象 初めてパソコンに触れる初心者のかた ▷受講料 無料(テキスト代等3000円は負担していただきます) ▷実施方法 講師および補助者が3、4名つきます▷定員 20名

期日	時間・回数	内容
①9月7日(木) ⑥9月22日(金)	午前9時30分 ～正午 全10回	ワープロソフト「Word97」 を使っての文字入力、編集、 印刷、図形描画等を学習します。
②9月8日(金) ⑦9月28日(木)		
③9月14日(木) ⑧9月29日(金)		
④9月15日(金) ⑨10月5日(木)		
⑤9月21日(木) ⑩10月6日(金)		

- ▷対象 両教室とも上田市に在住か、勤務先のあるかた
▷申し込み 両教室とも、官製はがきに、住所、氏名、
教室名、電話番号を明記のうえ、8月29日(火)までにお申し
込みください。電話、ファックスによる申し込みは受け付け
られませんのでご注意ください 応募者多数の場合は抽
選とし、該当者には別に通知します ▷申し込み先 〒386-
0025 上田市天神2-4-74 上田市教育委員会 生涯学習
課生涯学習係(☎235102)

「健康体操・初めての太極拳教室」

中国拳法の一つである太極拳は健康体操としても有効です。太極拳を通して、心と身体をさわやかにしませんか。初歩の動作から入り、少しずつレベルを上げていきます。高齢者のかたも、親子でも参加できます。ぜひご応募ください。



- ▷ところ 第一中学校柔剣道場 ▷対象 中学生以上のかた(親子でも結構です) ▷受講料 1500円(資料代等) ▷実施方法 講師が2名つきます ▷その他 板の間で、靴下かたびでの練習となります また学校敷地内ではいっさい禁煙となりますのでご了承ください

期日	時間・回数	内容
①9月11日(月) ⑥9月29日(金)	午後7時30分 ～9時 全10回	全コース を通して、「入門太極 拳」「初級太極拳」を 学習します。
②9月15日(金) ⑦10月2日(月)		
③9月18日(月) ⑧10月6日(金)		
④9月22日(金) ⑨10月9日(月)		
⑤9月25日(月) ⑩10月13日(金)		

円・ダブルス1000円、一般…シングル700円・ダブルス1600円 ▷申し込み 9月28日(木)までに体育課またはムトウスポーツ☎246852へ

■ゴルフ

- ▷とき 10月15日(日) ▷ところ 浅間高原カントリークラブ ▷競技方法 18ホールストロークプレー・新ペリア ▷参加料 1000円(プレー代12500円食事別) ▷申し込み 参加料を添えて体育課へ ▷申し込み開始 9月4日(月)から(定員になりしだい締め切り)

■ゲートボール

- ▷とき 10月18日(水) ▷会場 上田古戦場公園多目的グラウンド ▷対象 市内在住・在勤のかた ▷参加料 1チーム1000円 ▷申し込み 10月5日(木)までにゲートボール協会各地区の理事へ

■マレットゴルフ

- ▷とき 10月1日(日) ▷ところ ハーブ橋マレットゴルフ場 ▷対象 市内在住・在勤のかた ▷参加料 500円 ▷申し込み 9月20日(水)までに参加料を添えて体育課または、マレットゴルフ協会地区役員へ



体育課(☎235105)

市民総合体育大会参加者募集

■軟式野球

▷とき 10月29日(日) ▷ところ 市営野球場・染屋台グラウンド ▷チーム編成 選手は20名以内 上田市内在住・在勤のかたで編成(統一したユニホームを着用) ▷参加料 1チーム 5000円 ▷申し込み 10月2日(月)までに参加料を添えて体育課へ

■バレーボール

▷とき 10月1日(日) ▷ところ 市民体育館・勤労者体育センター ▷競技方法 自治会対抗、女子9人制 ▷チーム編成 同一自治会在住者で、監督1名・コーチ1名・マネージャー1名・選手12名以内(高校生以上) ▷参加料 1チーム 3000円 ▷申し込み 9月13日(水)までに参加料を添えて体育課へ ▷その他 試合用ボール(4号球)は参加チームで1個お持ちください

■ソフトテニス

▷とき 10月15日(日) ▷ところ 上田市営テニスコート(東・西) ▷種目 中学・高校・一般の各男女、シニアの男性 それぞれダブルスのトーナメント戦 ▷対象 市内在住・在勤・市内中学高校在学者または上田ソフトテニスクラブ員(シニアの部は平成12年10月1日現在で45歳以上) ▷参加料 中学・高校1組800円、一般・シニア1組900円(それぞれ保険料を含む) ▷申し込み 10月3日(水)までに参加料を添えて、上田ソフトテニスクラブ事務局(坂口浩・☎240091)または上田ソフトテニスクラブ競技担当理事(桑原光彦・☎242491)まで(中学生・高校生の部は各学校を通じて申し込むこと)

■テニス

▷とき 10月9日(月) ▷ところ 上田市営テニスコート(東・西)、古戦場公園テニスコート ▷種目 小学生男女、中学生男女、35歳以上それぞれシングルス、一般男女・45歳以上男子それぞれシングルス・ダブルス ▷対象 市内在住・在勤・在学のかた ▷参加料 2000円 ▷申し込み 9月25日(月)までに参加料を添えて「テニスハウスワカツキ」(☎252317)へ

■弓道

▷とき 10月8日(日) ▷ところ 上田市営弓道場 ▷種目 高校生の部(男子の部、女子の部) 一般の部(称号者の部、有段者の部、女子の部) ▷対象 市内

在住・在勤・在学のかた ▷参加料 無料 ▷申し込み 当日受け付け(高校生午前8時30分、一般午後12時30分受け付け開始)

■柔道

▷とき 10月8日(日) ▷ところ 市民体育館柔道場 ▷種目 個人戦 小学生1年から6年、中学生1年・2年男女各学年別、高校生・一般男女の部 団体戦 中学・高校の学校別対抗戦、大学・企業別対抗戦 ▷対象 市内在住・在勤・在学のかた ▷参加料 200円 ▷申し込み 9月30日(土)までに参加料を添えて柔道協会事務局(出田整骨院・☎251347)へ

■剣道

▷とき 10月8日(日) ▷ところ 市民体育館 ▷種目 個人戦 小学生2年から6年、中学生1年・2年男女各学年別、一般男女の部 団体戦 小学生男女の部、居合道の部 ▷対象 市内在住・在勤・在学のかた ▷参加料 中学生のみ300円 ▷申し込み 9月20日(水)までに「サドヤ武道具店」(☎223856)へ(小学生の部は各分団、中学生の部は各学校を通じて申し込むこと)

■バスケットボール

▷とき 10月14日(土)・15日(日) ▷ところ 自然運動公園総合体育館 ▷対象 市内在住・在勤・在学のかた ▷参加料 5000円 ▷申し込み 9月29日(金)までに参加料を添えて体育課へ

■バドミントン

▷とき 9月24日(日)(社会人の部) 10月9日(月)(高校生・大学生の部) ▷ところ 社会人の部 市民体育館・勤労者体育センター 高校生・大学生の部 自然運動公園総合体育館 ▷対象 市内在住・在勤・在学(高校生・大学生)のかた・上田バドミントン協会員 ▷参加料 社会人の部 個人戦1組1000円 団体戦1チーム3000円 高校生・大学生の部 1種目1人600円 ▷申し込み 社会人の部 9月14日(水)までに参加料を添えて体育課または上田バドミントン協会(西沢員昭・☎231369)へ、高校生・大学生の部…9月29日(金)までに参加料を添えて上田西高校(山口正樹・☎220412)へ

■相撲

▷とき 9月23日(土) ▷ところ 市営相撲場 ▷種目 個人戦 保育園・幼稚園の部、小学生の部、中学生の部、高校生の部、一般の部(41歳未満・51歳未満・60歳以上) ▷対象 市内在住・在勤・在学のかた ▷参加料 無料 ▷申し込み 9月14日(水)までに体育課へ

■卓球

▷とき 10月8日(日) ▷ところ 自然運動公園体育館 ▷種目 小学生の部、中学生の部、一般の部、40歳以上の部、55歳以上の部 ▷対象 市内在住・在勤・在学のかた ▷参加料 小学生・中学生…シングルス500

保健ガイド

健康推進課(TEL238244)

■乳房集団検診・肺がん集団検診が始まります

乳房検診は8月から12月にかけて、また、肺がん検診は8月30日(水)から9月6日(水)まで、各地区の公民館等で実施します。いずれも、今年2月に申し込みをしたかたには、受診通知を郵送します。また、今年は申し込みをされず、昨年度受診されたかたにもお勧め通知を郵送します。

乳がんや肺がんは近年増加傾向にあるがんです。今年度検診を受ける機会のないかたも、ぜひお受けください。なお、なんらかの症状があるかたは、検診の時期を待たず直接医療機関で受診してください。

申し込みをしていないかたでご希望のかたは、健康推進課へお問い合わせください。

■乳房検診

▷対象者 30歳以上の女性で上田市民のかた ▷内容 問診・医師の診察・超音波撮影(医師の指示による)・自己検査法の話 ▷受診料 900円(超音波撮影は300円加算)

■肺がん検診

▷対象者 40歳以上の上田市民 ▷内容 問診・レントゲン撮影・かくたん検査(必要なかた) ▷受診料 200円(かくたん検査は700円加算)

■お年寄りの「痴ほう」についての相談会

ご家庭で、痴ほう性老人の介護の方法等に悩んでいるかた、お気軽にご相談ください。

▷とき 9月12日(火)午後1時10分～5時 ▷ところ 市役所南庁舎1階高齢者介護課 ▷人数 3名まで(予約制) ▷相談担当 堀内静子さん(もの忘れ看護相談室「せせらぎ」代表・元国立小諸療養所痴ほう

性老人副病棟婦長) ▷問い合わせ 高齢者介護課(TEL235131)

9月の乳幼児健康診査・教室

▷受付時間 ①乳幼児健康診査(4か月児・10か月児・1歳6か月児・3歳児)…午後1時～2時 ②2歳児教室…午後1時～1時15分 [①、②とも午後零時30分以前の受け付けはできません] ▷持ち物 ①乳幼児健康診査…母子健康手帳、健康診査票(赤ちゃん手帳の中にありますので記入してお持ちください。3歳児は視力・聴力検査を実施して、記入してください)、バスタオル、おむつ、赤ちゃん手帳、歯ブラシ(1歳6か月児)。3歳児は、尿検査の容器をお送りしますので、お持ちください ②2歳児教室…母子健康手帳、おたずね用紙、歯ブラシ、コップ、おやつ代(実費)、おやつ用はし・スプーン・フォークなどとお皿

■保健センター(市役所南庁舎2階)

健康診査	実施日	生年月日
4か月	9月13日	12 16 30
	9月28日	12 5 1 5 15
10か月	9月5日	11 10 16 10 31
	9月2日	11 11 1 11 15
1歳6か月	9月6日	11 2 16 2 28
	9月20日	11 1 15
3歳	9月14日	9 8 1 8 15
	9月29日	9 8 16 8 31
2歳児教室	9月12日	10 6 1 6 15
	9月19日	10 6 16 6 30

■川西社会福祉センター(塩田・川西地区のかたのみ)

4か月	9月8日	12 16 5 15
10か月		11 10 16 11 15
1歳6か月	9月26日	11 1 16 15

上田市の人口って何人？

「ミレニアム上田市人口当てクイズ」

2000年国勢調査を記念して『ミレニアム上田市人口当てクイズ』を行います。おおぜいのご応募をお待ちしています。

■問題

「平成12年10月1日現在で行われる2000年国勢調査での上田市の人口は何人でしょう」

■応募方法

官製はがきに「上田市の人口は〇〇〇人」と記入し、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を明記のうえ、「〒386-8601上田市情報推進課人口当てクイズ係」までどうぞ。はがき1枚につき1件の応募とします

■応募資格

上田市在住のかた

■応募期限

9月30日(土)(当日消印有効)

■記念品

正解者や正解に近い解答者若干名に記念品を贈呈します。正解者多数の場合は抽選とし、同一人の重複入賞の場合は上位賞一つのみとします

■入賞発表

来年2月の予定(広報うえだに掲載し、また、入賞者には直接通知します)

■参考

平成2年国勢調査人口…119,435人

平成 年国勢調査人口…123,284人

平成12年6月1日(推 人口)…125,8人



千曲川で初めて遊んだよ

～野外活動体験教室を開催～

野外活動体験教室が、7月23日(日)に千曲川で行われました。

これは、地域の自然の中で、遊びを通して親子のふれあいや異世代間の交流をすることを目的として行われた事業で、参加した子どもたちは、水生生物を観察したり、川に入って遊んだり、食事を作ったりとさまざまな活動をしました。

今、子どもたちを取り巻く社会環境は大きく変化し、「時間」「空間」「仲間」といった「間」がなくなり、自然体験や社会体験、生活体験が不足しているといわれています。そんな子どもたちが成長していくためには、さまざまな体験を通して「生きる力」を育むことが必要です。

21世紀を担う子どもたちのためにも、より多くの体験活動の機会を家庭や地域社会が提供し、夢をもった子どもたちを地域で育てましょう。



▲石がすべすべでころんでぬれちゃった



▲今度キャンプへ行ってもごはんづくりはできるかな？

参加した子どもの感想文

初めて千曲川に行って遊びました。

千曲川に行く前にしおいを読んで、日曜日が楽しみにしていました。班の人と話し合いつつ、しゃべれるかどうか心配だったけど、ちゃんと話せてよかったです。

お昼を作る時間になって、火をつけるために川原へ行きました。来週キャンプがあるから役に立つかなと思いました。

その次に、みんな自由に川であそびました。ズボンをまくつても、石があべあべだったので、ころんたいして、ぬれてしまいました。

ついでしてる人たちは、川のことがいろいろと教えてもらいました。ついでしてる人に釣りさおを持たせてもらったしゅんかん、「うっ おもい」と、おもいました。

私は、またちゃんと川に行きたいなあと思っています。

教育

E D U C A T I O N A L

いっえだ

平成12年
[2000]
No.136

8.16

■上田市教育委員会



で づくい

アクアプラザ上田

装いも新たに 第14回上田古戦場 健康マラソン大会開催

▷とき 10月28日(土) ▷コース 上田公園内をスタートし、室賀地区を折り返して、陸上競技場をゴールとするコース。このコース上に3キロ・5キロ・10キロ・20キロのコースを設定しました(詳しいコース図については、6月16日号「教育うえだ」をご覧ください)

▷申し込み 小学校4年生以上の方であればどなたでも参加できます。自分に合ったコースを選んで、個人的にはもちろんのこと、クラスで、各団体でマラソンを楽しんでみませんか(詳しい内容については、7月16日号の「教育うえだ」をご覧ください)

北信越国民体育大会

第21回北信越国民体育大会のバドミントン競技とボクシング競技が上田市を会場として開催されます。大勢のかたご観戦ください(入場無料)

バドミントン 自然運動公園総合体育館 8月26日 準決勝・決勝、27日代表決定戦

ボクシング 勤労者体育センター 8月25日1回戦、26日準決勝、27日決勝

スポーツ教室受講者募集

ソフトバレーボール教室(後期)

▷とき 10月2日～来年3月12日の月曜日、12回 午後7時～9時 ▷ところ 市民体育館 ▷対象 市内在住・在勤の一般男女 ▷定員 30名 ▷参加料 2000円 ▷申し込み 9月1日(金)～同18日(月)までに参加料を添えて体育課へ

バスケットボール教室(後期)

▷とき 10月11日～来年2月28日の水曜日、16回 午後7時30分～9時 ▷ところ 市民体育館 ▷対象 市内在住・在勤の一般男女 ▷定員 30名 ▷参加料 3000円 ▷申し込み 9月1日(金)～同18日(月)までに参加料を添えて体育課へ

ふれあいダンス教室

▷とき 9月6日～11月22日の水曜日、11回 午後7時～9時 ▷ところ 勤労者体育センター ▷対象 市内在住・在勤の一般男女 ▷定員 男子30名、女子30名 ▷参加料 3000円 ▷申し込み 8月30日(水)までに参加料を添えて体育課へ

9月2日(土)・3日(日)・4日(月)に行われます2000年記念上田市民ゴルフ大会の参加者に若干の空きがありますので、希望者は至急体育課までお申し込みください。詳しくは「教育うえだ」7月16日号をご覧ください。



高齢化社会を迎えた現代に最も適した教室はなんだろう?と考え3年前から始まった高齢者水中運動教室は、今アクアプラザ上田で大人気の教室になっています。

教室初回から参加されているかたに教室の感想をお聞きしたところ、「教室を継続して3年、血圧、体脂肪の値が下がり心身ともに20歳若返ったような気がします。毎週教室が待ち遠しくてこんなに自分にあったスポーツに出会うことができ人生得したと思います」。

ただいま9月受講生募集中です。



アクアプラザの 夏祭り2000

8月27日(日)

親子アクアビクス

▷とき 午前11時～11時50分
▷ところ 25mプール全コース
▷対象 身長130cm以上のかた
▷水深 1.1m

※午前11時～11時50分は25mプールをイベントのため貸切とさせていただきます。

綿あめプレゼント(限定400個)

▷とき 午前10時～(400個なくなりしだい終了)
▷ところ 1階ロビー
▷対象 小学生以下

かき氷プレゼント(限定100個)

▷とき 午後1時～(100個なくなりしだい終了)
▷ところ 1階ロビー
▷対象 小学生以下

宝さがし

▷とき 午後2時50分
▷ところ 入江プール入り口前
(雨天時造波プール前)
▷対象 小学生以下(幼児は保護者同伴)
▷その他 景品には限りがあります

各種 泳法教室



スイミング 楽しく健康

水が怖い、全く 泳げないかた

そういったかたのために、顔を水につけるところから始める『水なれ教室』があります。親切な指導で、水泳の「基本」をしっかり身に付けることができます。「水にもじゅうぶん慣れたし、そろそろ泳ぎたい。」と思ったら、今度は『クロール教室』へ。水に入るのが怖かった人も、25mを楽に泳げるようになります。

クロールしか 泳げないかた

『クロール教室』の他にも『平泳ぎ教室』『背泳ぎ教室』があります。健康のためや楽しみながら泳ぐ目的でしたら、ここまでの教室でじゅうぶんです。

もっと速く、もっと楽に泳ぎたいかたのために『4泳法教室』もあります。『バタフライ』を含めた4泳法で、ワンランク上の泳ぎを目指しましょう。

水着になるのが 恥ずかしいかた

恥ずかしいと思うのは最初だけ。プール内は全員水着です。まずは勇気を出してプールにおいでください。きっと「恥ずかしい」から「楽しい」に気持ちも変わるはずです。

『水なれ教室』から始め、今では楽に1km以上泳げるようになったかた、水泳大会に参加して良い成績を残しているかたもいます。もちろん健康のために泳いでいるかたもたくさんいます。プールにはたくさんのかたが集まりますので、知らず知らずに交流の輪も広がります。

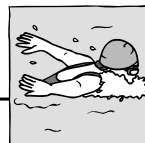
利用者の声

最初は怖くて水に
なんか入ろうとも思
いませんでした。で
も、友人に勧められ
て泳ぎを習い始めたら、泳ぐことがとても楽しいです。クロールと平泳ぎができるようになったので、今は背泳ぎを練習中です。

Hさん (64歳)

泳いでいるときは
嫌な事も忘れスト
レス解消にもなります。
泳ぐのも楽しいけれ
ど、プールで会う友
達とおしゃべりする
のも楽しみのひとつ
です。

Uさん (52歳)



ベビー クラス

「こんにちは」今日も元気にベビー・クラスが始まります。
★見て見て!! ママもベビーも、とっても素敵な笑顔でしよ



(「ハイ!」) 笑顔でウォーキング)



(背泳ぎもできるよ!?)

こんなにあります! プールの効果!

大切なお子さんの健康づくり、水の楽しさを知る、危険から身を守るなど、本当にたくさんの効果があります。ママにも新しいお友達ができて、おしゃべりをしたり、子どもといっしょに身体を動かすことでストレス解消にもなるんです。

あそびにおいてよ!!

大好きなお子さんともっとスキンシップして、水の楽しさを親子で実感してみてください。水泳が得意なパパもママも、水の苦手なママも、今すぐアクアプラザ上田のベビー・クラスに遊びにきてください。

マタニティー・スイミングもあります!

毎週金曜日 午前10時5分～。

お友達を作りませんか? 元気になれるですよ! もちろんベビー・クラスのかたもOK! 助産婦さんが見守っていてくれます。安心してご参加ください。

○おかげさまで、保育園のプールで大はしゃぎしてます。

上田市 Bさん親子

○プールに行く日がとっても楽しみです。

上田市 Hさん親子

○皆勤目指して頑張っています。

上田市 Nさん親子



(遊びの時間もあるんだよ)

募集

アクアプラザ上田では次の教室の募集を随時行っています。

初心者水なれ、クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、4泳法、水中歩行、水中運動、アクアビクス、ベビー・マタニティ

※時間、内容等についてはアクアプラザ上田 (☎2626)

にお問い合わせください。

はねだ

羽田健太郎 ピアノコンサート

▷と き 10月14日(土)
▷ところ 上田市文化会館ホール
▷開 場 午後6時(開演 午後6時30分)
▷入場料 3000円(全席自由)
▷チケット発売日 9月1日から
▷チケット前売所 上田市文化会館、西部・城南・上野が丘・塩田・川西各公民館、上田市民会館、上田市教育委員会、琴光堂楽器店、ジャスコ上田店
▷主 催 上田市、上田市教育委員会、上田市文化自主事業推進委員会
▷お問い合わせ 上田市文化会館 材木町1-2-3 ☎02760



「近代文学のたのしみ」～夏目漱石『夢十夜』の世界～

『夢十夜』(作者・夏目漱石)を読んでみませんか。漱石が描いた夢の世界を通して、明治時代の人びとの感性に触れてみましょう。また、市立図書館所蔵の関連書籍や新聞記事等から、当時の世相も学んでみましょう。

▷とき 午後2時～4時 ▷ところ 中央公民館第一会議室 ▷講師 長田真紀さん(上田女子短期大学助教授) ▷定員 30名(定員になりしだい締め切ります) ▷受講料 1000円 ▷テキスト代 500円(岩波文庫『夢十夜』) ▷申し込み 8月29日(火)から受講料とテキスト代を添えて、中央公民館へ(午前9時～午後5時) ▷共催 上田市立図書館

期 日	学習内容
9月6日(水)	白百合の女と百年待った男(第一夜)
9月27日(水)	悟りか死か(第二夜)
10月11日(水)	背中の子の重み(第三夜)
10月18日(水)	爺さんの行方(第四夜)
11月1日(水)	天探女(あまのじゃく)の悪戯(第五夜)
11月22日(水)	明治の運慶(第六夜)
12月6日(水)	行き先不明の船(第七夜)
1月10日(水)	床屋の鏡に映るもの(第八夜)
1月17日(水)	御百度を踏む母(第九夜)
1月24日(水)	豚に舐められた庄太郎(第十夜)

お問い合わせは中央公民館(☎02760)まで

児童生徒に関する意識調査報告書の提供について

教育委員会では、平成11年度に児童生徒2000人を対象に意識調査を実施し、その結果を『こどもたちの実像を求めてⅢ』にまとめました。ご希望のかたには差し上げますのでご活用ください(部数に限りがあります)。

家庭教育は、すべての教育の出発点であると言われていますが、今、家庭の教育力の低下が指摘されており、命の大切さ、善悪の判断、基本的なしつけ等を行ううえで親の役割は重要です。

調査の結果から、お手伝いを進んでする子どもは15年間ではっきりと減少しており、逆に指示待ちの子どもが増えています。お手伝いは家庭生活の基礎、そして家族のきずなを強くします。

お手伝いを強制するのではなく「協力が大事」であることを子どもが気付く「親の行動と導き」が大切ではないでしょうか。

お問い合わせは、生涯学習課(☎235104)まで。

鼎シリーズNo.9

フランスの山本鼎

PART IV

パリからおよそ5000キロ、フランスの最西端をブルターニュ地方といいます。りんごやそばの栽培が盛んな信州と似た気候・風土を持つ地方です。鼎は小杉未醒(放庵)等と写生のため、この地を訪れました。1か月半の短い滞在でしたが、パリでの孤独な生活に疲れた鼎にとつて、のんびりとした農村での暮らしは心癒される、たいへん充実した時間となったようです。草原で昼寝をしたり、舟遊びを楽しんだり、土地の人びとと触れ合う中で、鼎の創作意欲もぐんぐんと湧いて行きました。今回はブルターニュの風土を題材にした木版画『ブルターニュの小湾』を紹介します。遠くに海を臨む小高い丘で、のんびりと草を食む牛の姿がなんとも牧歌的でほえましい一品です。この牛をスケッチしたときの様子を鼎はこう記しています。「午後牛を描きにゆく。絵の具をふくましたまま筆をあげて牛の方位が適当な形になるのを待っていると、なかなか思うようにならない。かなりじれったくなった。ひど

いまだら毛な緑草の反射で青めのうみたいな色に見える。尾を上げて小便するのに出会った。いい氣勢だった」さて牛の尾はどう描かれていたのでしょうか? とかく『牛のしっぽはガラリと垂れている』というイメージがあります。しかし鼎の牛の尾は、ピンと上に張られ堂々としています。そこが鼎の目を通して見た牛のおもしろさなのです。つまり作品とは何でも、作者が感じた物が表現されているのです(おもしろい、美しい等々)。ですから鑑賞する私たちもそれぞれが好きのように作品を感じて、それを楽しめばいいわけです(少々余談になりました...)。ブルターニュへの旅は、なにげないおもしろさを楽しむ心のゆとりを鼎に与えてくれたようです。



木版画
「ブルターニュの小湾」
(1913)

中学校の英語学習に 新しく2人のAET(英語指導助手)

中学校の英語学習では、外国青年がAET(英語指導助手)として、英語科の先生とともに授業を行っています。現在上田市では、4人のAETが担当の学校を巡回指導しています。

先月、ケビン・スミスさんとシャロン・ウォーカーさんの2人のAETが帰国しました。この2人に替わり、パメラ・ルネ



パメラ・ルネスタッドさん
アメリカ合衆国出身。大学では生物学、英語学、心理学を専攻。担当校は四中、塩田中、六中

スタッドさんとリサ・レジャーさんが、新しくAETとして着任し、2学期からほぼ2週間ごとに担当の中学校を回ります。帰国したケビン・スミスさんは2年間、シャロン・ウォーカーさんは1年間、ともに四中、塩田中、六中を巡回指導していただきました。

ありがとうございました。



リサ・レジャーさん
カナダ出身。大学では社会学、ドイツ語を専攻。担当校は四中、塩田中、六中

審議事項

上田市指定文化財の現状変更について

■7月定例会
7月7日(金)開催した7月定例会の主な内容は、次のとおりです。

上田市文化財保護審議会の答申を受け、他田塚古墳の入口羨道部の石積み改修の許可について審議し、承認されました。

『上田市誌』 編さんだより⑤⑤

「明神前遺跡 出土の墨書土器」

市誌編さん室(☎29741)

国指定史跡である信濃国分寺跡の尼寺跡北側から西側に隣接して、奈良・平安時代の明神前遺跡が広がっています。昭和46年の調査で竪穴式建物跡が9棟、さらにカマド跡や焼土層が発見され、また土器類や瓦などの貴重な遺物も出土し、注目されました。

特に、2号建物跡からはタタラ跡(フイゴを用いて行った鉄の製錬場跡)が発見されました。またフイゴの羽口や鎌、鉄釘などの鉄器類が出土し、当時の鍛冶工房跡と推測されています。こうした鍛冶工房跡の存在からは、当時国分寺の建物などの修理を担当していた修理院という施設があった可能性も考えられます。

ところで、明神前遺跡からは、墨で文字が書かれた墨書土器が出土し、注目されています。この墨書土器には、「講院」・「舟」・「子」・「仲」・「仙」

・「人」・「千」などがあります。このうち「講院」は、最近の研究では講師院の略称と推定され、講師のいた建物を示す墨書と考えられています。

講師は延暦14年(795)に、従来の国師から講師と名称が改められた地方僧官です。講師の任務は国分寺にいて、その国の仏教の興隆に努め、鎮護国家のための仏道修行の中心になるとでした。この「講院」の墨書



「講院」の墨書土器

土器は、上総・下総・甲斐・遠江・下野・陸奥の各国分寺跡から発見されており、国分寺跡から出土する極めて重要な資料の一つとされています。これらの「講院」の墨書土器は、9世紀から10世紀にかけての遺構から出土しています。このように「講院」の墨書土器から講師のいた建物の存在が推定され、当時の国分寺には多くの建物が建

てられていたと考えられます。

また「舟」の墨書土器については、当時の盛んな舟運活動との関連が推測されています。信濃国分寺跡は千曲川や神川などの河川に近く、国分寺の造営に際してこれらの河川を利用して、木材や瓦類などの資材を大量に運搬したと考えられます。このように墨書土器は、書かれた文字を検討することによって、当時の情勢や社会を探究する上で、重要な手がかりとなります。

なお近年の上総国分寺跡(千葉県市原市)や武蔵国分寺跡(東京都国分寺市)などの発掘調査や文献の研究から、平安時代の9世紀代には、引き続き宗教的な儀式が国分寺で盛んに行われ、周辺の附属施設も整備されていたと考えられています。金堂、講堂、塔などのほかに、寺の事務を担当した政所院、僧尼の日常生活に関係した施設の大衆院、建物の修理を担当した修理院、米などを納めた倉庫群の倉垣院などの国分寺の運営に必要な附属施設が整備されていました。信濃国分寺跡についてもこうした附属施設の調査・研究が、今後の重要な課題とされています。

投稿先／〒386-0025上田市天神 2-4-74
上田市教育委員会「教育うえだ」係
投稿方法／はがきに短歌・俳句・川柳の別を明記し、氏名・自治会名をご記入のうえ毎月18日までに投かんしてください。

今月の投稿数

短歌・121首、俳句・125句
川柳・103句、計・349作品

文芸

宮崎 盛登選

短歌

入選

半世紀過ぎて返らぬ国後島遙かに
望む知床岬に
岡 丸田 俊雄

山ゆかば草むす屍と歌いつつ戦い
し日々今も忘れず
倉升 和田とくよ

取り毀し近き廢校静まりて金木犀
に売約の札
保野 清水ゆき子

佳作

梅雨晴れ間わずかに兆す夕茜命ひ
びかせ蟬の鳴きつぐ
小牧 宮島 正

ペタル踏み千キロの道ひたすらに
母恋い泣きつつ逃れゆきしか
富士山 山寺 勝世

一人去り二人倒れて歌の会老いの
狭間になす術もなし
手塚 池田 五郎

母逝きて十四年経つ命日の朝を鳴
きつぐ山鳩の声
長島 松井 律子

夏草の中に埋れる我が歌碑はすて
に苔むしさやかに読めず
半過 石井 益一

木洩れ陽の中に亡父を思いつつ適
期を遅れ杉の枝打つ
中之条 山宮 孝

苔の花触覚めいて揺れにけり

築地 倉澤 昭夫

そのかみのいくさ傳ふる宇治川を
渡る欄干風薫りをり
小泉 清水 悦男

言ひかけて覚めたる夢の中にまだ
君は笑顔で吾を見てゐる
緑が丘 津林 清司

梅雨最中夏至の夜空を仰きおり小
牧の山に落つる流れ星
下紺屋町 石倉か津子

戸隠の山々を背に探鳥会うぐいす
は鳴きつつ谷わたりゆく
須川 手塚喜代子

花株を分けくれし友今は亡く墓前
に供へむ初切りの花
小泉 間島ナミヨ

母の日に嫁より届きしセーター着
て久々の旅に吾は出できぬ
(評)投稿は葉書1枚1首に限らず幾首
もまとめて記してください。

朝風ぎの浜の岩場に千鳥鳴きわれ
を包みて湧く青き霽
選者 矢島 渚男選

俳句

矢島 渚男選

入選

夏草と聞つてきて相撲観る
浦野 小林 信宏

苔の花触覚めいて揺れにけり
保野 清水ゆき子

小牧 片岡 てつ

活けし百合息深くして眺めけり
佳作 緑が丘 山崎 淳代

夏涼し切子の盃に吟醸酒
御所 竹内みさお

白猫の首に包帯半夏生
住吉が丘 布施 典子

りんご畑摘果の粒が一面に
小泉 木村 シモ

遠郭公これで別れと言ふごとく
長島 土屋 和郎

なれ次第小指も働く袋掛け
下之郷 工藤 文枝

杜の木菟月蝕の下鳴きにけり
常入 馬場 勇子

花火からぐんぐん離る夜汽車かな
緑が丘 畑 和人

子育ての燕見てゐる庭掃除
材木町 大谷 文子

しどけなきタオルケットや明易し
長島 松井 律子

七夕や夢のかけ橋渡りたし
新田 青松 勝江

七夕や榎のしづくで願い書く
上常田 大森 松枝

友来たり都忘れの咲く庭に
上常田 関 礼子

虫千しに母の一針思い出す
梅雨深しマグマの走る海の底

益子 雀選

川柳

入選

人間が好きで当分死ぬません
矢沢 青木 勝秀

吾に似ていそいそ回る扇風機
愛宕町 山崎 九月

梅雨空に迷い込んだか星ひとつ
岩下 松本 要

佳作

スランプに今日の日捨てる酒を飲
み 岩下 尾沢製薬信

門番の犬は陽気でお人好し
上沢 荒井 右一

一本の電話が乱す朝の膳
中村 佐藤たかこ

籤運は悪いが棒にはよく当たる
中野 竹内 健美

辛うじて子の髭面に馴れてきた
下紺屋町 小島 寛

孫二十歳男の野望ほのめかし
馬場町 武井 宏雄

誕生日忘れたいの花届く
長島 松井 律子

新聞を腹で読んでた昼寝起き
下之郷 工藤 文枝

(評)切れ字(や・かな等)は使わない。
川柳は詠嘆に溺れない文学