



せせらぎの音を感じる、心やすまる場所

上田城跡公園の北側を流れる矢出沢川が、旧北国街道に架かる「高橋」を過ぎて、南へ流れを変える場所。川沿いには、石垣の上に建つ土蔵造りの家並みが連なっていて、街なかでありながら独特な雰囲気をかもし出しているお薦めのスポットです。

5月14日(日)・同21日(日)の2日間、矢出沢川、蛭沢川等の河川清掃が、沿川自治会の皆さんにより行われました。河川に捨てられていた、空き缶・ビニール袋などが回収され、川沿いの草が刈られると、お薦めスポットの景観がよりいっそう引き立って見えました。

現在、沿川自治会の皆さんでは、こうした景観を楽しむ散策ルートの整備を検討しています。

「せせらぎの音を感じる心やすまる場所を、今後に残していきたい」と、中村さんは語ってくれました。

シリーズ 21世紀に伝えたい 景観80選 ①

矢出沢川の景色(自然系)



▲矢出沢川の河川清掃



推薦者：中村眞平さん(城北)／右



▲スポット案内図

■表紙記事到新連載

今回から、毎月16日号の表紙で、美しい自然景観、先人から受け継いだ歴史的景観を、シリーズ「21世紀に伝えたい 景観80選」で紹介していきます(上田の景観80選から)。なお、掲載にあたっては80選すべての紹介はできませんのでご了承ください。

再生紙を使用しています(古紙混入率50%以上)

PUBLIC RELATIONS UEDA

広報
うえだ

平成12年
[2000]
No.1297

6.16

- 上田市役所 (TEL24100)
(FAX24100)
- 市政提言電話 (TEL2539)
- 市政提言FAX (FAX35111)
- 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/>



かぼんの藤

目次

広報うえだ	1
情報うえだ	4
保健ガイド	10
教育うえだ	11



予算現額	471億4,345万円
収入済額	365億5,120万円
収入率	77.5%

市 税	175億4,271万円(99.9%)
市 債	68億9,740万円(21.6%)
地方交付税	66億9,916万円(101.2%)
国庫支出金	45億3,619万円(72.5%)
諸 収 入	35億3,346万円(16.5%)
県 支 出 金	26億5,390万円(71.7%)
そ の 他	52億8,063万円(94.1%)

※国庫支出金、県支出金、繰越金および市債には、前年度繰越明許費繰越額を含む。



予算現額	471億4,345万円
支出済額	390億3,764万円
執行率	82.8%

民 生 費	101億9,237万円(87.8%)
土 木 費	96億2,465万円(61.2%)
公 債 費	55億6,278万円(99.7%)
農林水産業費	49億3,446万円(88.5%)
総 務 費	44億2,829万円(65.9%)
教 育 費	40億8,130万円(92.4%)
商 工 費	39億 652万円(88.0%)
衛 生 費	25億5,511万円(94.3%)
そ の 他	18億5,797万円(94.2%)

※民生費、農林水産業費、土木費および災害復旧費には、前年度繰越明許費繰越額を含む。

一般会計は…

予算現額に対する収入率と執行率のグラフ

12万市民の家計簿

平成11年度下半期（10月～3月）

市では、皆さんに財政状況を理解していただくため、毎年度上半期と下半期の2回、定期的に内容をお知らせしています。今回は、平成11年度下半期の会計別収支状況、地方債現在高、一時借入金、市有財産の状況についてです（平成12年3月31日現在。1万円未満は四捨五入してあります）。
なお、市の会計年度は、毎年4月1日に始まり翌年の3月31日に終わりますが、この後2か月間、現金の収支・未収を整理する期間があり、5月31日をもって出納を閉鎖することになっています。このため、今回お知らせする3月31日現在の内容は、決算の数値とは異なります。

特別会計は…

地方債現在高

一般会計	577億9,407万円
特別会計	425億6,847万円
(合計)	1,003億6,254万円

市有財産

積立金	71億2,049万円
有価証券	1億2,029万円
出資による権利	11億3,299万円
土地	255万4,034㎡
建物	34万1,182㎡
山林	1,893万1,952㎡
住宅	
(敷地)	23万6,463㎡
(建物)	6万9,450㎡

一時借入金

65億円

会計名	予算現額	収入済額	支出済額
土地取得事業	2億3,838万円	1億5,059万円	1億5,140万円
塩田有線放送電話事業	6,383万円	5,768万円	5,885万円
国民健康保険事業	72億7,478万円	60億7,209万円	63億1,121万円
交通災害共済事業	5,601万円	5,540万円	3,873万円
福祉事業センター事業	7,719万円	5,524万円	7,266万円
老人保健事業	115億7,443万円	102億8,395万円	106億5,906万円
農業集落排水事業	41億1,016万円	9億3,107万円	29億1,190万円
同和地区住宅新築資金等貸付事業	1億8,975万円	1億3,832万円	1億8,918万円
公共下水道事業	111億8,080万円	34億5,563万円	79億8,865万円
駐車場事業	1億1,226万円	1億1,226万円	6,486万円
市街地再開発事業	16億5,676万円	5億3,788万円	14億 271万円
地域振興券交付事業	5億 128万円	4億7,754万円	4億7,754万円
合 計	370億3,563万円	223億2,765万円	303億2,675万円

※農業集落排水事業、公共下水道事業、市街地再開発事業および地域振興券交付事業には、前年度繰越明許費繰越額を含む。

公営企業会計は…

※1. 収益的収支	企業名	収入	支出
		(予算現額)	(予算現額)
		(収入済額)	(支出済額)
	産院事業	2億7,718万円	2億7,718万円
		1億1,394万円	1億3,525万円
	水道事業	22億2,073万円	22億5,834万円
		①21億9,849万円	②22億1,894万円

※2. 資本的収支	企業名	収入	支出
		(予算現額)	(予算現額)
		(収入済額)	(支出済額)
	産院事業	0円	330万円
		0円	132万円
	水道事業	16億7,048万円	33億2,353万円
		①18億2,169万円	②22億9,405万円

※1. 収益的収支
事業の経常的な経営活動の収入支出を示すもの。
※2. 資本的収支
将来の経営活動に備えて行う建設改良、現在の経営活動に用いられている施設に係る企業債償還金などの収入支出を示すもの。

※①については（調定済額）、②については（支出額）※水道事業には、前年度建設改良費等の繰越額を含む。

介護保険で「福祉用具購入費」・「住宅改修費」が支給されます

介護保険のサービスには、訪問介護（ホームヘルプサービス）や通所介護（デイサービス）のような介護サービスを提供するもののほかに、福祉用具の購入や住宅改修に係るサービスがあります（介護保険のサービスを利用するには、要介護認定を受けていることが前提となります）。

■福祉用具購入費の支給

毎年4月から翌年3月までの1年間に、福祉用具を購入した場合に支給されます。

▷対象用具…腰掛け便座・特殊尿器・入浴補助用具・簡易浴槽・移動用リフトのつり具の部分

▷支給金額…購入額（10万円限度／1割は自己負担）

■住宅改修費の支給

居住している住宅を、お年寄り等に優しいつくり改修した場合に支給されます。

▷対象工事…手すりの取り付け・床段差の解消・滑り防止および移動の円滑化等のための床材の変更・引き戸等への扉の取り替え・洋式便器等への便器の取り替え

▷支給金額…改修費（20万円限度／1割は自己負担）

※購入費・改修費の支給を受けるには、申請が必要となります。購入および改修を行う前に、居宅介護支援事業者か高齢者介護課へご相談ください。

▷問い合わせ 高齢者介護課（☎235140）

紙おむつの購入費を助成します

今年度から市では、介護者の負担軽減を目的に「紙おむつ等購入費助成事業」を始めます。

対象者は「要介護認定で要介護度4か5に認定されたかたで、市町村民税世帯非課税であり在宅で紙おむつ等（尿とりパットを含む）を使用しているかた」です。

購入費の助成を受けるには、申請が必要となります（ただし、助成金額には上限あり）。対象と思われるかたには「お知らせ」を通知しますので、必要に応じて申請してください。詳しくは、お問い合わせを。

なお、申請の際には紙おむつを購入したことを証明する書類（レシート、領収書等の場合は、紙おむつと記入してあるもの）が必要になりますので、これらの書類を保管しておいてください。

▷問い合わせ 高齢者介護課（☎235131）

介護保険の更新申請が始まりました

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していただき、早めの手続きをお願いします。

税ワンポイント⑩

個人住民税（市・県民税）について教えて！

Q1 私の夫は昨年の12月に死亡しました。昨年中に夫が得た所得に対する市・県民税はどうなりますか。

A1 市・県民税は、毎年1月1日現在で住所のある人に対して課税されますので、昨年中に死亡されたかたに対しては平成12年度は課税されません。

Q2 それでは、今年の1月2日以降に死亡した場合はどうなりますか。

A2 今年の1月1日現在、上田市に住所がありましたが、平成12年度は課税され、納税義務は、その相続人が承継することになります。

Q3 私は、今年の2月に長野市から上田市へ転入してきました。平成11年度は長野市へ納めましたが、平成12年度はどちらへ納めることになるのですか。

A3 市・県民税は、毎年1月1日現在で住所のある人に対して、その住所の市町村が課税し、その年度の税額をその市町村に全額納めていただくことになっています。あなたの場合は、今年の1月1日現在長野市に住所がありましたから、平成12年度は長野市に納めていただくこととなります。なお、上田市に1月1日に転入した場合は上田市に納めていただきます。

Q4 私は、昨年11月結婚のため会社を退職しました。市・県民税の残額については、今年の1月に送られてきた納税通知書で納めてあります。退職以後は全く所得がありませんでしたが、今月（6月）市・県民税の納税通知書が送られてきました。なぜですか。

A4 市・県民税は、前年の1月から12月までの間の所得に対して課税され、給

与所得者の場合は6月から翌年の5月までの12回に分けて、勤務先の給与から差し引かれて納めていただいています。あなたの場合は、昨年給与から差し引かれたものと今年1月納税通知書により納められたものは、平成10年中の所得に対する平成11年度の市・県民税です。したがって、昨年1月から退職した11月までの所得に対し、平成12年度の市・県民税を納めていただく必要はありません。

Q5 平成12年度の市・県民税の主な改正点を教えてください。また、今年度は減税がありますか。

A5 主な改正点は
(1)特定扶養親族（納税義務者の扶養親族で、年齢16歳以上23歳未満の者）に係る扶養控除額が43万円から45万円に引き上げられました。
(2)低所得者層等の税負担に配慮するため、均等割（※1）・所得割（※2）の非課税限度額の引き上げが行われました。また、今年度も減税があり、減税方法は昨年度と同じです。

概要は次のとおりです。
①市・県民税の所得割額から、定率による税額控除の額が控除されます。
②定率による税額控除の額は、その年度分の市・県民税所得割額の15%相当額です。ただし、15%相当額が4万円を超える場合は4万円が限度になります。

▽問い合わせ 税務課（☎235115）

※1 均等割…広く平等の金額によって負担していただくもの

※2 所得割…その人の所得金額等に応じて負担していただくもの

市役所代表電話

TEL 22-4100

FAX 25-4100



オダマキ

海野町通り電線共同溝事業完成！

昨年6月の事業着工以来、約一年間にわたり進めてきた海野町通り電線共同溝事業がこのたび完成し、5月21日(日)に地元海野町商店街振興組合が完成式を行いました。

この事業に伴い、歩道舗装面を新しくするとともに、歩・車道の高さを同一にし、利用者に優しいつくりとしました。また、シャラの木やコトネアスター等の植樹が行われ、記念樹として「銀座の柳」が通りに3本植えられました。

今後は、7月着工、12月完成の予定で、海野町商店街振興組合がアーケード建設事業を行う予定です。工事については、引き続き、皆様のご理解とご協力をお願いします。

▶問い合わせ 商工課 (TEL 235395)



催し

ふるさと再発見
ほたる祭りにお出かけください

室賀温泉ささらの湯 (TEL 31126)

▽とき 6月24日(土)午後6時
～ 同25日(日)午前11時

▽ところ 室賀温泉ささらの湯
▽内容 地元ハワイアンバンド演奏、浦野宿勇太鼓の演奏、カラオケ大会、地元歌手の出演、焼き鳥・生ビール・ジュースの販売、たけのこ汁の無料提供等

『塩田の館とあじさいまつり』
7月23日に開催！

塩田の館 (TEL 381251)
前山554-12 龍光院入口

塩田平の前山寺から塩野神社にかけては、遊歩道にあじさいが植えられ「あじさい小径」と呼ばれています。

あじさいの花が咲くこの時期、塩田平を一望できるこのコース

を散策してみませんか？

▽主催 東前山自治会あじさい委員会、塩田の館

▽とき 7月23日(日)午前10時～午後4時
(雨天決行) ▽ところ 塩田城跡の石碑周辺・塩田の館

▽内容 写真撮影会(ときめきレディー上田も参加、入選者に記念品贈呈)、豚汁・流しそうめん無料サービス、おやき・地元農産物・花き(スターチス)の販売、おやき作り講習(塩田の館で午後2時～4時。先着20名。参加費1000円) ▽その他 午後9時まで、あじさいの花をライトアップします

募集

『上田わっしょい』に
参加しませんか

上田わっしょい実行委員会事務局
(観光課内・TEL 235408)

市民の夏祭り、第29回「上田わっしょい」は、7月29日(土)

施設を見る会へどうぞ 秘書課 (TEL 223435)

施設を知るよい機会です。お誘い合わせのうえ、ご参加ください。参加料は無料で、昼食は市で用意します。

▷定員 各コース20名(応募者多数の場合は抽選とし、結果ははがきでお知らせします) ▷集合場所 市民体育館前駐車場 ▷申し込み はがきまたはFAXに、①住所 ②氏名 ③電話番号 ④参加希望日 ⑤集合場所への交通手段を記入し、7月6日(木)(当日消印有効)までに秘書課「施設を見る会」係(〒386-8601上田市大手1-11-16・FAX 235111)へ。グループでの申し込みは5名までとします

7月25日(火)	8月4日(金)
< 9:00集合 > < 9:10出発 > 第一中学校 南部終末処理場 古戦場公園 (昼食・懇談会) クリーンセンター ふれあい福祉センター < 15:00解散 >	< 9:00集合 > < 9:10出発 > 室賀の里・しいのみ療護園 南部終末処理場 中央消防署 (昼食・懇談会) 池波正太郎真田太平記念館 < 15:00解散 >

夜開催されます。
現在、実行委員会では、踊りコンテストや恒例の生演奏などを企画中です。お楽しみに。
この、第29回「上田わっしょい」に参加される「連」を募集します。募集期間は6月21日(水)～30日(金)です。おおぜいの皆さん、ご参加ください。
■「踊り連」、「みこし連」、「太鼓連」の募集

自治会、職場、グループなどで参加ご希望のかたは、「はがき」などに必要事項を記入のうえ、お申し込みください。
なお、「踊り連」として参加

される連は、参加形態として、「正調の踊り」での参加か「オリジナルの踊り」での参加かを明記してください。
また、「生演奏連」の募集は、先日終了しています。ご応募ありがとうございました。

「踊り連」、「みこし連」、「太鼓連」応募要項 (裏)

連名 (「みこし・太鼓」)
人数 大人・中学生以上
小学生以下
参加形態 団体名 代表者氏名を併記
電話番号

(表)
〒386-8601 上田市大手1-11-16
上田市役所観光課内
係 上田わっしょい

※参加形態は「正調の踊り」か「オリジナルの踊り」のどちらかを記入してください。

上田創造館 7月の催し(☎231111)

■夏休みの理科研究のための工作をしよう(親子参加可)

▷とき 7月8日(出)午前10時～正午 ▷内容 ペットボトルで風向計や風力計を作ります ▷持ち物 ペットボトル1ℓ用、コンパス(あったら)

■天体写真展

▷とき 7月15日(出)～8月16日(休)午前9時～午後5時

■プラネタリウムの投影『夏の星空と流れ星』

▷とき 7月29日(出)～8月9日(休)午前11時～(30日(日)のみ)、午後1時30分～、3時～

■星空観望会

▷とき 7月29日(出)午後7時30分～9時(開始10分前までに来場を) ▷その他 小中学生は保護者同伴で。雨天、曇天時は星座の説明と天文映像を投影します

■折り紙教室『七夕かざりを折ろう』(参加料300円)

▷とき 7月23日(日)午前10時～、午後1時～

■文化講演会(入場無料)

▷とき 7月30日(日)午後1時30分～3時 ▷演題 ゴッホ110回忌を記念して「ゴッホと向日葵の美学」 ▷講師 瀬木慎一さん

■夏休みプレゼント～山の道化師バックマンと笑っていこう

▷とき 8月5日(出)午後7時～ ▷内容 道化師によるサーカスコメディや軽快なジャグリングパフォーマンス ▷チケット 取り扱いは6月24日(出)午前9時から創造館受付で。大人1000円、子ども500円(6歳以下は無料)

■うえだアート&クラフトフェア2000出展者募集

▷受付期間 7月15日(出)まで ▷定員 先着50名(出展希望者には要項を送付) ▷とき 9月2日(出)午前11時～午後4時、9月3日(日)午前10時～午後4時

■第2・4土曜日施設無料開放

7月8日と同22日は、上小地域、小中学生と同伴の保護者のかたは、プラネタリウム室、体育館、視聴覚室衛星通信「子ども放送局」が無料になります。

■パソコン教室

創造館では各種パソコン教室(初心者向き)も開催しています。日程等、詳しくはお問い合わせください。

20歳以上の学生の皆さん 届け出はお済みですか

今年4月から、国民年金保険料の学生納付特例制度がスタートしました。学生納付特例制度は届け出(申請)をして承認を受ければ、在学期間中の国民年金保険料が後払いできるしくみです。手続きさえすれば、もしものときも安心です。

手続きは、学生証等、学生であることを確認できるものと印鑑、年金手帳をお持ちのうえ、総合行政案内窓口、国保年金課または支所の窓口でどうぞ。

▷問い合わせ 国保年金課国民年金係(☎235118)

森づくりを体験!
上田市育樹祭

農林課(☎235122)

緑豊かな森づくりのすばらしさを体験してみませんか。

▽とき 7月2日(日)午前10時

▽内容 平成10年植樹祭地の

下草刈り ▽定員 200名

▽持ち物 弁当、水筒、鎌、軍

手、作業のできる服装 ▽申し

込み 6月26日(月)までに農林課

へ ▽その他 参加無料。豚汁、

ジュースを用意します

メディアランドUEDAへ
お出かけください

メディアランドUEDA(☎391000)

■十勇士クラブ会員募集

入会金1000円、年会費

3000円(18歳未満および高

校生以下は無料)がかかります。

①クリエイタークラス

▽内容 グラフィック、ビデ

オなどのマルチメディア作品制

作、自主企画活動等 ▽対象

18歳以上 ▽とき 毎月第1・

3火曜日午後7時～9時

②ビギナークラス

▽内容 パソコン基礎、マル

チメディア作品制作やセミナー

サポートなどができるまでの技

術習得、地域活動支援等 ▽対

象 高校生以上 ▽とき 毎月

第1・3日曜日午前10時～正午

▽その他 実費としてテキスト

ト代2000円がかかります

■だれでも簡単ノインターネッ

ト入門(定員16名)

▽とき 7月8日(出)午後1時

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 7月9日(日)午前10時

午後4時 ▽対象 パソコン

経験者 ▽受講料 4000円

■世界じゅうの人へメッセージノ

電子メール入門(定員16名)

▽とき 7月15日(出)午後1時

30分～3時30分 ▽対象 初心

者 ▽受講料 1500円

■初めてのパソコンで暑中見舞

い作り(定員16名)

▽とき 7月16日(日)午後1時

30分～4時 ▽対象 初心者

▽受講料 1500円

あなたも

信州ロード観察隊員に

土木課(☎238242)

県では、道路を日常的に利用している皆さんからも情報を提

供していただくことにより、道

路のより快適な利用環境の保持

に努めてゆきたいと考えていま

す。皆さんがいつも通っている

国道や県道について、率先して

道路情報を提供していただく信

州ロード観察隊員を募集します。

▽募集対象 県が管理する国

道、県道を利用する機会の多い

かた ▽募集人員 2名 ▽隊

員依頼期間 8月1日～平成15

年7月31日 ▽申し込み 6月

30日(金)までに土木課へ

お知らせ

「納期限内に」納税を
便利な口座振替で

収税課(☎235117)

市税等の納付を口座振替にすると、窓口へ出向く手間が省け、また、納め忘れありません。

▽手続き 通帳(口座番号等

のわかるもの)と通帳の届け出

印をお持ちになって、市内の金

融機関または収税課で手続きを。

翌月から振り替えとなります

▽お願い 相続等で土地や家屋

の所有者が代わると、固定資産

税の口座振替ができなくなります。

改めて手続きをお願いします

訂正とおわび 広報うえだ(6月1日号)の、表紙に掲載しましたワンポイント写真の名称に誤りがありました。「スズラン」とありますが「スズランスイセン」または「スノーフレック」の誤りです。訂正しおわびします。

登記簿の家屋番号変更

長野地方事務局上田支局 (TEL232001)

法務局の不動産登記簿のコンピュータ化予定作業として、コンピュータ化後の検索を容易にし、申請人のかたの利便性を高めるため、家屋番号と所在地番が一致しない建物について、登記簿の家屋番号の変更をする作業を順次行っています。

ご迷惑をおかけしますがよろしくお願いします。

■変更例

〈変更前〉			〈変更後〉	
所在地番	家屋番号	→	所在地番	家屋番号
二五番	三二六番		二五番	二五番
所在地番	家屋番号	→	所在地番	家屋番号
三五番	(なし)		三五番	三五番

寝たきり・痴ほう性老人をささえる家族の会
高齡者介護課 (TEL235131)
▽とき 6月22日(木)午後1時30分～3時 (受け付けは午後1時から) ▽ところ 市役所南庁舎2階保健センター ▽内容 介護保険の話、話し合い、相談

お年寄りの「痴ほう」についての相談会
高齡者介護課 (TEL235131)
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 6月28日(水)午後1時

子宮がん検診受診のお勧め
健康推進課 (TEL238244)
今年度、30歳・35歳・45歳・50歳になるかたに、子宮がん検診のお勧めのはがきを送らせていただきます。はがきの『受診に際して』をよくお読みいただき、ぜひ、受診してください。

30分～4時30分 ▽ところ 市役所南庁舎1階高齡者介護課
▽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部長)

なお、40歳健診の対象者には3月に地区の保健指導員さんがお勧めをさせていただきました。

▽はがきの郵送時期 ①6月下旬：4月から7月生まれの対象者 ②7月下旬：8月から11月生まれの対象者 ③8月下旬：12月から3月生まれの対象者

▽対象者 市内在住の30歳以上の女性(はがきが届かなくても受診できます) ▽**検診内容** 問診を行い、子宮の頸部から細胞をとる検査が頸がん検診と呼ばれるもので、同時に内診・医師の判断により子宮体部から細胞をとる場合があります ▽**受診料** 子宮頸がん検診：1000円、子宮頸がん+体がん検診：2000円 ▽**その他** 国立長野病院を除く市内の産婦人科医院で実施していますが、あらかじめお電話してからお出かけください。検査結果は全員に郵送します

■子宮がんは、早期に発見されれば100%治ります
子宮頸がんは、早期に発見されれば非常に生存率が高い病気です。検診で発見された子宮頸がんの5年生存率は約88・7%という成績があります。これに対して、全部の子宮頸がんの5年生存率は約64%と、約20%以上の開きがあります。

不正出血などの症状があれば医師に相談をしてください。不正出血やおりものの異常等、気になる自覚症状があるとき、「がん」の可能性があります。自覚症状があってもすべての人が「がん」ではありませんが、子宮筋腫等婦人科の病気の可能性がありますので、怖がらないで早めの受診をお勧めします。

一般的に、病気がかなり進んだからの治療と、早期で発見された場合の治療では、その後の生活への影響に大きな差が生じることが予想されます。

市では、子宮がん検診の受診者が少ないのが現状です。症状がないうちに検診を受け、早期発見に役立てましょう。

「がん」にならないよう食事や生活に気をつけることを一次予防、病気を早期に発見して治療に結び付けることを二次予防といえます。それぞれの予防をするのも、選ぶのも皆さん自身です。健康推進課では、そのための健康に関する情報を提供していきたいと思っています。

▽参考文献・資料 がん検診の有効性等に関する情報提供のための手引(厚生省・1998)
▽テレホンガイドうえだ関連情報 TEL238888コードNo.525

食中毒にご用心!

健康推進課 (TEL238244)

昨年、県下では食品を原因とする食中毒が22件ありました。そのうち約半数が細菌による感染であり、もう半数はきのこや野草などによる自然毒によるものでした。

まず細菌性の食中毒を予防するには、次のような方法があげられます。

■細菌をつけない

まず、食品や料理に手をつけるときには手を石鹸で洗うことが基本です。爪は短くし、指輪や時計ははずして洗いましょう。

また、食品の保存は冷蔵・冷凍庫に詰めすぎず短期間にしましょう。

このほか、調理器具を清潔に保つことに心がけましょう。特に、まな板は洗剤で洗ってから熱湯で消毒し乾燥させると、ほぼ完全に細菌を除去できます。

■細菌を増やさない

食中毒の細菌は、増えたり毒素を出しても食品の味や匂いには変わりありません。料理の温かいものは温かいうちに、冷たいものは冷たいうちに食べましょう。時間がたちすぎたり、少しでも怪しいと思ったら迷わず捨てるようにしましょう。

■細菌を殺す

調理のときに食品の中心部までじゅうぶんに加熱すると(中心部75℃以上を1分以上)、細菌によっては死滅させることができます。

細菌による食中毒は、数十分から約一日後に吐き気や腹痛、下痢、発熱などを引き起こします。疑いのあるかたは早めに医師に受診するようにしましょう。

続いて、きのこなど自然毒による食中毒の防止には、有識者や植物図鑑によりしっかりと鑑別することが重要で、少しでも疑問に思ったら食べないようにすることが大切です。

■7月の粗大ごみ回収日

7月15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。

相談名	日時	会場など
法律相談 (予約制)	7月14日(金) 13:30～15:30 7月28日(金) 13:30～15:30	市役所 ☎24100 受付は…… 生活環境課 (本庁舎1階)
土地建物相談	7月13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 ☎232000) 児童保育課 (内1610) 人権同和対策課 (☎直通 ☎5393) 農業委員会 (本庁舎2階)
人権・悩みごと相談	7月6日(木) 13:00～16:00	
農地問題相談	毎週月～金曜日 8:30～17:00	
行政相談	7月10日(月) 10:00～15:00	
心配ごと相談	毎週月～金曜日 9:00～16:00	上田西武 社会福祉協議会 (☎ ☎8080)
法律相談 (予約制)	7月15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)	7月13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) 上田商工会議所 (☎ ☎4500)
法律相談 (予約制)	7月19日(水) 13:30～15:00	
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	7月21日(金) 10:00～16:00	
高齢者職業相談	毎週月～金曜日 8:30～17:00	高齢者職業相談室 (上田パートサテライト内) (☎ ☎8011) 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 (電話相談)	毎週月～金曜日 9:00～16:00	
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 6月30日(金)

●市県民税 1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)

下水道排水設備工事責任技術者 更新・受験講習と試験

水道局営業課 (☎ ☎8243)

各講習・試験とも、受講料は
5000円。申込書・願書は水
道局営業課にあります。

■下水道排水設備工事責任技術
者更新講習

▽とき 9月7日(木)・同8日
(金)▽ところ 東部町文化会館

▽講習申し込み 7月3日(月)
▽同14日(金)(土曜・日曜は除く)

▽対象 市町村に登録してい
る責任技術者で、平成9年に試
験に合格または更新講習を修了
したかた(責任技術者の有効期

間内に更新講習を受講しないと
その資格を失います。ご注意く
ださい)

■下水道排水設備工事責任技術
者試験受験講習

▽とき 9月26日(火)▽ところ
東部町文化会館▽講習申し
込み 7月31日(月)～8月11日

(金)(土曜・日曜は除く)

■下水道排水設備工事責任技術
者試験

▽とき 10月14日(土)▽試験
場 信州大学繊維学部(東信地
区)▽受験申し込み 7月31

日(月)～8月11日(金)(土曜・日曜
は除く)▽受験資格 ①高等
学校等の土木科等を卒業して、

学校等の土木科等を卒業して、

不用品交換情報

不要品になったもの、ほ
しいものがありましたら
生活環境課(内線139
0)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ので、
ご了承ください。登録期間は6
か月です。

ゆずります

▽宴会用いす(150脚)
▽ベビー安全柵(幅1m)▽ベ
ビー布団▽ベビーバス▽24
時間ぶろ▽電子レンジ▽あ
んま器▽スポーツ用いす

ゆずってください

▽水はち(食器)▽抱っこ
ひも▽マタニティ用パジャ
マ▽おもちゃ▽ピアノ▽
電子ピアノ▽物置▽五中運
動着▽卓球台▽三輪車

ひとひと 女と男がいきいきと 暮らせる社会を

男女共同参画課(☎ ☎5245)

〈市民の声から〉

最近、女性問題に関する講演
会や講座などの誘いがくるよう
になり、たびたび参加していま
す。

さまざまな視点から語られる
話は、私に「気づき」の機会を
与えてくれました。

私の身近なところ(家庭や近
所つきあい、自治会)にも男と
女の不公平なこと、こんなこと
おかしいなと思うことが数多く
あります。例えば、集会の湯茶
の用意、後かたづけは、女性が
当たり前のこととしてやってい
ます。

「当たり前」「いつもやって
いるから」ということで、無意
識にしていることに「待った」
をかける「気づき」の意識をま
ずもつことが解決の第一にな
るのではないだろうか。

講演会や講座に出られない、
あるいはまだ意識をもっていな
い人たちのために、グループ活
動といった小さな単位の活動の
中に女性問題を取り入れていけ
たらもっと「気づき」を広めら
れると思います。

■ウィークエンドリサイクル7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。

7月1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
7月8日(土)…西友秋和店、西友三好町店、Aコープコア塩田店
7月15日(土)…マツヤ上田インター店、やおふく上堀店
7月22日(土)…ジャスコ上田店、しおだ野ショッピングセンター

第4回上田城薪能のチケットを発売します

今年も恒例の薪能が開催されます。夏の一夜、幽玄の世界をお楽しみください。

▷とき 8月24日(木)午後5時30分(開場午後4時30分)

▷ところ 上田城跡公園櫓門前広場(雨天の場合は上田市民会館)

▷演目 能 「清経」(きよつね) 宝生英照ほか
狂言 「文荷」(ふみにない) 野村万作ほか
能 「紅葉狩」(もみじがり) 中村孝太郎ほか

▷チケット発売日 7月11日(火)

▷料金 3,000円(当日券なし、全席自由)

▷チケット取り扱い 琴光堂、上田市民会館、上田市文化会館、西部・城南・上野が丘・塩田・川西公民館、
上田市教育委員会生涯学習課

教育

就学義務猶予免除者の 中学校卒業程度認定試験を実施

学校教育課(☎235101)

平成12年度就学義務猶予免除者の中学校卒業程度認定試験を実施します。受験希望がある場合は、7月31日(月)までに学校教育課へお申し込みください。試験実施の詳細については、後日本人に連絡します。

中村直人に関する情報をお寄せください

生涯学習課(☎235102)

上田市教育委員会では、没後20年にあたる平成13年度秋に「中村直人回顧展(仮称)」を予定しています。

中村直人の業績を明らかにするために、調査・研究を進めています。つきましては、作品はもちろん、書簡、写真、直筆原稿、書籍等資料をお持ちのかたは、教育委員会までご一報ください。

なお、個人情報については、ご希望に応じ、慎重に取り扱います。

史跡めぐり「前橋・高崎」参加者募集

博物館(☎221274)

▽とき 7月2日(日)午前7時30分上田駅前お城口出発 ▽見学先 ①常安寺 ②倉賀野河岸 ③宝塔山古墳(国史跡) ④かみつけの里博物館・古墳公園(国史跡) ⑤上野国分寺跡(国史跡) ⑥箕輪城跡(国史跡)
▽参加料 5500円 ▽定員 90人 ▽申し込み 参加料を添えて博物館へ ▽その他 昼食をご持参ください(上小郷土研究会と共催)

第39回かんぽ作文コンクール開催のお知らせ

上田郵便局(☎220499)

▽応募期限 7月10日(月)まで
▽応募資格 小学校5・6年生及び中学生 ▽テーマ ①簡易保険に関係があるもの ②「21世紀のゆめ」「10年後のわたし」など将来の抱負について ③日ごろ考えていること、思っていること、感動したことなどのうちのいずれかひとつを、400字詰め原稿用紙3〜5枚で(ワープロ等は不可) ▽申し込み 作品に題名、氏名(ふりがな)、住所、学校名及び学年を記入し、各郵便局へ

教科書展示会開催のお知らせ

上田教育事務所(☎267174)

上小地区の小中学校で使用している教科書を中心に、小中高等学校の教科書を展示します。

▽とき 6月23日(金)〜7月12日(水)午前9時〜午後5時(6月24日(土)・25日(日)、7月2日(日)・8日(土)9日(日)は休館) ▽ところ 小県上田教育会館内「上小教科書センター」(大手2-7-13)

講演会「群馬県の古墳時代」

博物館(☎221274)

▽とき 6月25日(日)午後3時30分〜4時15分 ▽ところ 市民会館会議室 ▽講師 上田女子短期大学教授・塩入秀敏さん ▽その他 聴講料無料 前橋・高崎方面史跡見学会にちなんでの講演会ですが一般参加も歓迎します

「明日に活かせるパソコン教室part1」開催のお知らせ

生涯学習課(☎235102)

▽対象 初心者のかた ▽受講料 2000円(テキスト代)
▽定員 20名 ▽申し込み 官製はがきに、住所、氏名、電

話番号を明記のうえ、6月29日(木)までに生涯学習課生涯学習係へお申し込みください(電話、FAXによる申し込みは受け付けません)

■明日に活かせるパソコン教室日程表

期日	時間	会場	内容
7月11日(火)	午前9時半〜12時(全6回)	上田創造館	Windows95の操作について
7月12日(水)			基本操作
7月18日(火)			ファイル管理、アプリケーションなどについて学びます。
7月19日(水)			
7月25日(火)			
7月27日(木)			

※最終日のみ木曜日となります。ご注意ください。

ミレニアム写真展『うえたん昔物語』

中央公民館(☎220760)

「わがまち上田」の懐かしい60点の写真から、過去を思い、現在そして未来を考えてみましょう。

▽とき 6月29日(木)〜7月3日(月) 午前9時〜午後5時(3日は午後4時まで) ▽ところ 上田市文化センター展示室
▽参加料 無料 ▽その他 7月1日(土)午後2時から花里吉見さんの記念講演「写真は生きていく」が同大会議室であります

加藤登紀子コンサート延期のお知らせ

7月12日(水)に予定しておりました加藤登紀子コンサートは、主催者の都合により来年3月に延期となりました。



体育課(☎235105)

スポーツ教室受講者募集

参加料持参のうえ、市教育委員会体育課までお申し込みください。日程は、変更になる可能性があります。お申し込みの際にご確認ください。

女性ゴルフ(秋期)教室

▷とき 8月1日～10月17日の火曜日、計10回
午前10時～正午 ▷ところ 神川ゴルフガーデン
▷対象 市内在住・在勤の一般女子 ▷定員30名
▷参加料 3000円 ▷申し込み 6月23日(金)～7月10日(月)に参加料を添えて体育課へ

弓道(後期)教室

▷とき 8月1日～10月24日の火曜日、計13回
午前10時～11時30分または午後6時30分～8時のどちらかを選んでください ▷ところ 市営弓道場
▷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 6月23日(金)～7月10日(月)に参加料を添えて体育課へ

女子ナイターソフトボール(後期)教室

▷とき 8月18日～10月27日の金曜日、計10回、
午後7時～9時 ▷ところ 北小学校グラウンド ▷
対象 市内在住・在勤の一般女子 ▷定員 30名
▷参加料 2000円 ▷申し込み 6月23日(金)～7月10日(月)に参加料を添えて体育課へ

夏休み学童スポーツ大会開催

①第22回学童野球大会

7月30日(日)～8月3日(木)

市営野球場・染屋台グラウンド

②第17回女子学童綱引き大会

8月6日(日) 市民体育館

▷参加料 ①1チーム3000円 ②1チーム500円

▷抽選会 ①7月19日(水) ②7月21日(金) (いずれも午後7時から勤労者体育センター2階会議室) ▷

申し込み 6月26日(月)～7月14日(金)に参加料を添えて体育課へ

※詳しくは、各地区育成会長に開催要項を送付いたしますのでご覧ください。

上田市民水泳大会

▷とき 8月20日(日) 午前8時30分～午後1時30分(予定) ▷ところ 自然運動公園プール ▷対象 市内在住・在学・在勤の一般男女(小学生は4年生から) ▷種目 自由形、平泳ぎ、バタフライ、背泳ぎ(中学生の部・高校生の部は100m、その他は50m)、200mリレー(中学生以上のリレーについては、4人の年齢の合計が120歳未満の部、120歳以上150歳未満の部の2部門) ①小学生4年の部 ②小学生5年の部 ③小学生6年の部 ④中学生の部 ⑤高校生の部 ⑥30歳未満の部 ⑦30歳以上の部 ⑧40歳以上の部 ⑨50歳以上の部 ⑩60歳以上の部
1人2種目まで(リレーは含まない) 年齢は平成12年8月20日現在の年齢とします。▷参加料 200円(保険代を含む) ▷申し込み 7月12日(水)～7月26日(水)に参加料を添えて体育課へ ※小学生は各学校で受け付けます

葉加瀬太郎コンサート
開催のお知らせ

8月14日(月)～20日(日)に「第1回長野国際音楽フェスタ in UEDA」が上田地域で開催されます。その前夜祭として、「武田信玄の兜松」を用いて、中澤宗幸さんにより製作されたヴァイオリンの贈呈式と、それを使った葉加瀬太郎さんによるコンサートが開催されます。詳細は実行委員会まで。

▽とき 7月22日(土)午後7時
▽ところ 上田市民会館
▽第1部 ヴァイオリン贈

最優秀アーティスト賞2000委員会(☎436)

親子歴史体験教室参加者募集のお知らせ

国分寺資料館(☎8706)

▽ところ 信濃国分寺資料館
▽対象 小・中学生とその保護者
▽定員 30名
▽参加費 8月10日の施設入館料以外は

呈式 第2部 葉加瀬太郎コンサート

■親子歴史体験教室開催予定

期 日	時 間	内 容
7月29日(土)	午後1時30分～4時	黒曜石で矢じりを作ろう
8月4日(金)	"	骨製ペンダントを作ろう
8月10日(木) (森將軍塚古墳館、県立歴史館)	午前9時30分～午後4時	※前方後円墳や森將軍塚古墳館の見学
8月12日(土)	午後1時30分～4時	縄文土器や土偶を作ろう
8月19日(土)	"	弥生時代の銅鐸を作ろう
9月23日(土)	午前9時30分～正午	人物や動物の埴輪を作ろう
10月1日(日)	午後1時30分～3時30分	東国の国府について学ぼう(中学生以上)

※施設入館料(大人600円、子ども150円)が必要です

無料
申し込み
から受け付けます
(6月24日(土)まで)

保健ガイド

健康推進課(☎238244)

■風しん予防接種[前期](個別接種)

対象者	①	平成10年5月1日～平成10年10月31日生まれのお子さん
	②	平成10年4月30日以前の生まれで未接種のお子さん(ただし、7歳6か月未満)

※①の対象者には、はがき(通知)を送付します。

▷実施期間 7月3日(月)～8月31日(木)(医療機関により、休診日が異なりますのでご注意ください)▷実施場所 別表委託医療機関一覧表のとおり▷接種回数 1回▷接種料金 無料▷持ち物 はがき(①の対象者のみ)、母子健康手帳(持参しないと受けられません)、体温計▷注意事項 ①事前に医療機関に電話予約をしてお出かけください②予診票は医療機関にあるものを使用してください③体温は接種の直前に測りますので、お手数でも体温計をお持ちください▷テレホンガイドうえだ関連情報 ☎258888コードNo.506

■風しん予防接種委託医療機関一覧表(50音順)

医療機関名(自治会名)	電話	医療機関名(自治会名)	電話
葦沢内科医院(下吉田)	35-3330	杉山クリニック(新田)	26-8200
荒井医院(下紺屋町)	22-0474	諏訪形クリニック(諏訪形)	25-5556
飯島医院(築地)	22-5011	豊田医院(下紺屋町)	22-1158
池田クリニック(川辺町)	22-5041	日新堂医院(馬場町)	22-0558
い内科クリニック(野竹)	21-3737	橋本医院(舞田)	38-2033
上田生協診療所(上塩尻)	23-0199	半田循環器科内科医院(中之条)	28-0888
上田原クリニック(川辺町)	26-3511	堀こどもクリニック(中之条)	23-5566
川西生協診療所(仁古田)	31-1411	松尾内科小児科医院(下常田)	22-1355
川西病院(保野)	38-2811	三原内科医院(中之条)	27-6500
かんがわクリニック(久保林)	34-5151	宮坂内科小児科医院(下常田)	22-0759
小井土内科医院(下川原柳町)	27-6666	宮下内科小児科医院(上堀)	22-1233
甲田内科小児科診療所(石神)	38-3065	村上医院(末広町)	22-3740
こさとクリニック(染屋)	28-4111	室賀診療所(上室賀)	31-1070
小松内科循環器科医院(上川原柳町)	27-2200	柳沢病院(北大手)	22-0109
斉藤外科医院(下青木)	35-0887	山極内科医院(別所)	38-7388
ささき小児科医院(城北)	27-7700	山越医院(国分)	26-5800
佐藤医院(五加)	38-2543	山田内科医院(下之郷)	26-8181
佐藤胃腸科内科医院(鷹匠町)	22-2342	吉田こども医院(踏入)	24-1222
塩田病院(中野)	38-2221	わかた内科(塩田新町)	38-2540
城南医院(御所)	22-3481		

■三種混合予防接種[1期初回](個別接種)

対象者	①	平成11年10月1日～平成12年3月31日生まれのお子さん
	②	平成11年9月30日以前の生まれで未接種のお子さん(ただし、7歳6か月未満)

※1期初回の対象者には、6月ごろに個別に通知します。

▷実施期間 7月3日(月)～9月30日(土)(医療機関により、休診日が異なりますのでご注意ください)▷実施場所 風しん予防接種委託医療機関と同様[ただし、松尾内科小児科医院(下常田)は除く]▷接種方法 3～4週間の間隔で3回接種▷接種料金 無料▷持ち物 母子健康手帳、通知(上記の対象者で通知の出ないかたもいます。通知がなくても7歳6か月未満であれば接種可能です)、予診票(赤ちゃん手帳の中に入っています)、体温計▷注意事項 ①事前に医療機関に電話予約をしてお出かけください②予診票がない場合は医療機関にあるものを使用してください③予診票がお手元にある場合は、お出かけ前に予診票の記入を済ませ(体温は除く)お持ちください。体温は接種の直前に測ります▷テレホンガイドうえだ関連情報 ☎258888コードNo.504

7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、バスタオル、おむつ、赤ちゃん手帳、歯ブラシ(1歳6か月児)。4か月・10か月・1歳6か月児は赤ちゃん手帳の中にある健康診査票に記入してお持ちください。3歳児は、健康診査票と視聴覚検査のアンケートをお送りしますので、ご記入のうえ、お持ちください。また、尿検査の容器もお持ちください。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	7月12日	12.2.16～2.29
	7月18日	12.3.1～3.15
10か月	7月5日	11.8.16～8.31
	7月31日	11.9.1～9.15
1歳6か月	7月11日	10.12.16～12.31
	7月26日	11.1.1～1.15
3歳	7月7日	9.6.1～6.15
	7月25日	9.6.16～6.30
2歳児教室	7月4日	10.4.1～4.15
	7月19日	10.4.16～4.30

■川西社会福祉センター(塩田・川西地区のかたのみ)

4か月	7月14日	12.2.16～3.15
10か月		11.8.16～9.15

■塩田母子健康センター(塩田・川西地区のかたのみ)

1歳6か月	7月28日	10.11.16～11.1.15
-------	-------	------------------

「出前ときめきのまち講座」を利用しませんか

市の職員を派遣し、市民の皆さんの学習のお手伝いをする「出前ときめきのまち講座」は、学習グループをはじめ、小学校の授業など、さまざまな機会で行われています。講座申し込みは平成12年5月31日までに104件ありました。また、このたびの組織改正による課名等の変更にもとない、プログラムの見直しも行い、72の講座を9つのグループに分け、講座を選びやすい形にしました。皆さんのご利用をお待ちしています。

〔出前ときめきのまち講座のプログラムは次のページに掲載〕

▼塚穴原1号墳の説明を聞く児童たち



これからの歴史学習のために

塩田西小学校の児童は、春の遠足で下之郷のリサーチパーク内にある「いにしへの丘公園」に立ち寄り、教育委員会の学芸員から、市内にある古墳について学びました。児童たちは石室の中をのぞきこんだりしながら、古代の豪族の話などを熱心に聞いていました。

〈利用プログラム・上田市の文化財〉

▼AETの話を熱心に聞く婦人部の皆さん

身近な異文化交流

神科新屋婦人部の皆さんは、毎年行っている親睦会に地元の第五中学校に派遣されている英語指導助手（AET）を迎え、イギリスと日本の生活習慣や学校生活の違いなどを学びました。AETは日本の習慣で、好きになったこと、びっくりしたことや、イギリスの学校生活などについて、ユーモアを交えて話しました。

〈利用プログラム・異文化の理解〉



■出前ときめきのまち講座の利用方法

【申し込みのできるかた】原則として市内に在住、在勤、在学しているかたで構成された5人以上の団体・グループ

【講座料】無料

【申し込み方法】①プログラムから講座をお選びください。希望の内容がプログラムにない場合は生涯学習課へご相談ください。②開催希望日の10日以上前に生涯学習課、公民館または担当課所へお申し込みください。電話でも申し込みを受け付けています。③申し込み受付後、日時や講座内容について担当課所と申込者で打ち合わせをしていただき、講座の開催を決定します。なお、会場は申込者側でご用意ください。

【開催できる日時】原則として平日（月曜日から金曜日）の午前9時から午後9時の間で2時間以内。業務の都合によりご希望の日時にそえない場合もありますので、開催希望日時は複数ご用意ください。

【お願い】以下の点についてご理解とご了承をお願いします。①同じ年度内において、同じ学習団体が、同じ講座を複数回申し込むことは、原則としてできません。②政治、宗教、営利を目的とした催しの場合には職員を派遣できません。③この講座は市民の皆さんの学習活動に役立てることを目的に実施します。市の仕事に対する質問や意見はお受けできません。苦情等はお受けできません。



出前ときめきのまち講座プログラム

生活学習課(☎5102)

区分	No.	講座内容	担当	区分	No.	講座内容	担当
地方自治と市政	1	上田市の総合計画 －第3次上田市総合計画－	企 画 課	福祉と健康	38	介護保険制度について	高 齢 者 介 護 課
	2	広域連合について－上田地域広域連合とはどのようなものでしょうか－			39	福祉サービスを上手に利用する方法	福 祉 課
	3	上田市への意見の出し方いろいろ －市長と語る日・一日行政体験・施設を見る会・市長への手紙など市民の市政参加について－	秘 書 課		40	ノーマライゼーション理念のもと「ともに生きる社会」を目指して	
	4	市長と助役の仕事			41	育児のはなし －親子で心もからだもふれあおう－	
	5	姉妹都市について －鎌倉市・上越市・出石町－			42	子どもの食事 －子どもの適量・おいしさ量－	
	6	上田市の広報について			43	子どもの予防接種	
	7	広報紙づくりのノウハウ	44		高脂血症のはなし －あなたの血液は油っぽい－		
	8	上田市の組織と仕事	45		糖尿病を予防する食事の取り方 －糖尿病ってなに？－		
	9	上田市の行政改革	46		歯無しにならないはなし		
	10	上田市の情報公開・個人情報保護制度について	総 務 課		47	心をやむ病気	
	11	わかりやすい公文書の書き方		男女共同参画社会	48	ご存知ですか？セクシャルハラスメント	男女共同参画課
	12	上田市の行政手続きについて			49	女性がいきいきと働く職場環境づくり	
	13	議会のしくみ	50		男と女・よりよいパートナー関係を求めて		
	14	選挙制度と選挙管理委員会の仕事	選挙管理委員会事務局	学校教育	51	「いじめ」問題への対応について	学 校 教 育 課
	15	上田市の財政状況について	財 政 課		52	不登校への対応について	
	16	市税について	税 務 課		53	学校給食のみりょく	
都市基盤の整備	17	国土利用計画の上田市計画について －上田市計画の基本構想と土地取引規制について－	企 画 課	生涯学習・社会教育・生涯スポーツ	54	上田市の社会教育の歴史について	生 涯 学 習 課
	18	上田市の都市基盤整備について	都 市 計 画 課		55	生涯学習とボランティア活動について－学びはかがやく－	
	19	上田市都市計画マスタープランについて			56	青少年の育成	
	20	上田市の道づくり	土 木 課		57	人権・同和教育の推進	体 育 課
	21	市街地活性化講座 －中心市街地の活性化－	商 工 課		58	スポーツイベントの企画立案、運営の仕方について	
	22	優良建築物等整備事業について	市 街 地 整 備 課		59	上田市のスポーツ行事について	
	23	高度情報化社会に向けた取組みについて（※1）	情 報 推 進 課		60	上田市の公民館活動	図 書 館
	24	上田地域デジタルアーカイブ－パソコンで見る上田の過去・現在・未来－			61	上田地域公共図書館情報ネットワーク－エコール－	
環境・安全・景観	25	上田市の環境問題について	生 活 環 境 課	地域文化と国際交流	62	上田市の文化財	生 涯 学 習 課
	26	リサイクルリーダー養成講座	環 境 業 務 課		63	美術鑑賞の楽しみ	
	27	上田市の上水道事業	上 水 道 課		64	映画のまち上田ガイド	企 画 課
	28	上田市の防災対策	総 務 課		65	池波正太郎と上田－池波正太郎の上田での足跡と作品紹介－	商工課（※3）
	29	交通安全教室	管 理 課		66	上田城の歴史	博物館（※3）
	30	こんな火事が！－火災予防について－	消 防 署		67	信濃国分寺と上田市の古代	信濃国分寺資料館（※3）
	31	景観協定によるまちづくり	景 観 建 築 課		68	山本鼎と自由画運動・農民美術	山 本 鼎 記 念 館（※3）
	32	上田市都市景観賞について			69	国際交流について －国際交流事業の現状と今後の展望－	企 画 課
産業と観光	33	新エネルギービジョンの取り組み	商 工 課	70	友好交流都市について － 中国寧波市 －	学 校 教 育 課	
	34	中小企業と融資制度 －融資制度のあらましと活用－		71	異文化の理解 －AET（英語指導助手）と交流－		
	35	森の学校－森林の働きとしくみ－	農 林 課	72	特製プログラム－プログラムにないものでもご要望により調整します－	生 涯 学 習 課	
	36	農業委員会の役割	農業委員会事務局				
	37	古都をめぐる会 －古都上田の再発見－	観 光 課				

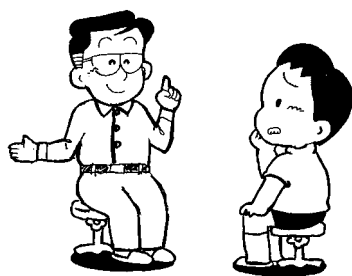
- ※1 プロジェクター、スクリーンも使えます。
 ※2 中央公民館・西部公民館・城南公民館・上野が丘公民館・川西公民館・塩田公民館
 ※3 展示案内の場合、会場は当該館となり、入場料をいただきます。

全小中学校に相談員を配置しました。 「心の教室相談員」を小学校へも配置

近年、特に中学生の不登校、いじめ等がマスコミに取り上げられ、更に低年齢化も指摘されています。これらの原因として、児童生徒の抱える悩み、不安、ストレス等が挙げられ、さまざまな対策がとられています。

上田市教育委員会では、今年5月から小学校へ「心の教室相談員」を配置しました。人間関係に関する悩み、勉強に関する悩み等さまざまな児童の悩みの相談を受ける相談員を置き、小学校の段階から不登校、いじめ等の問題への早期対応を図ることを目的としています。

小学校「心の教室相談員」は、教職経験者をはじめ青少年団体指導者、教職を目指す若者等の中から適任と思われるかたを選任しました。指導、評価する立場の教師と児童という関係ではなく、第三者の立場で児童が悩みを話せ、ストレスを和らげることができると考えています。



これまで「心の教室相談員」は、中学校への配置を県の委託事業として行ってきたっており、また、今年1月から中学校を中心に「学校生活相談員」も市として配置をしてきました。

小学校への「心の教室相談員」を配置したことにより、スクールカウンセラーや県教育委員会配置の心の相談員などいずれかの相談員を全小中学校へ配置することができました。

青少年ハローダイヤル (22)8080(2)ご存知ですか。

学校に関すること、友だち・異性のこと、身体や性のこと、進路のことなど、青少年の皆さんの悩みに応える「上田市青少年相談専用電話」が上田市教育相談所内にあるのをご存知ですか。

担当の先生がたが皆さんの悩みをお聞きます。もちろん秘密厳守です。電話のほか、直接来所されての相談もできます。

一人で悩んでいるより、人に話してみただけで、気が晴れたりしますよね。気軽に電話ください。

ご家族のかたの相談でも結構です。

上田市教育相談所

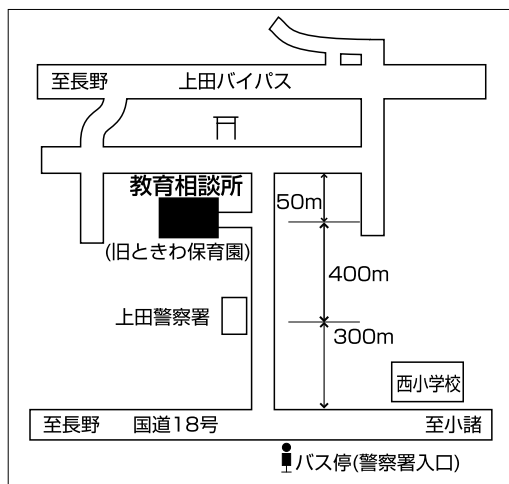
上田市教育相談所は、「学校へ行きたがらない」「学校生活での心配」など、子どものさまざまな問題をともに考え、助言援助していく教育相談と、実際に学校へ行けずに困っている小中学校の児童生徒を受け入れ、適応指導をする「ふれあい教室」の、二つの活動をしています。電話でも、直接来所していただいても結構です。気軽に相談ください。

▽所在地 〒386-0027 上田市常磐城6-3-29

▽電話 (27)0104

▽相談日 月曜日・金曜日(土・日曜日、祝日は休み)

▽時間 午前9時～午後4時



7月は「青少年の非行問題に取り組む全国強調月間」です。

月間中、少年補導委員さんを中心に、地域の青少年育成関係者も参加し、有害環境チェック活動や一日補導を実施します。

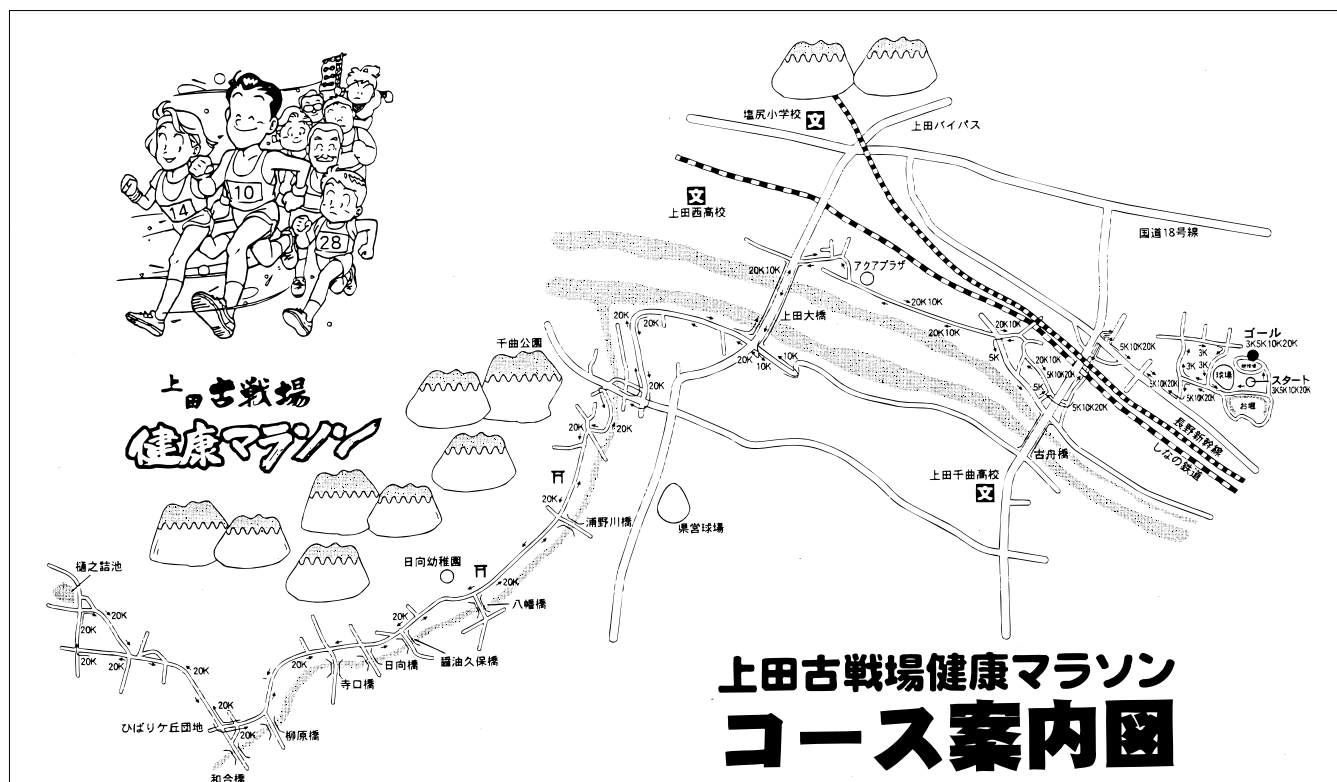
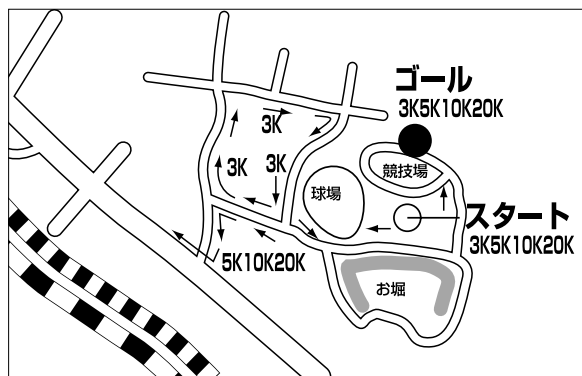
これを機会に、地域の皆さん一人一人が子どもたちに暖かい目を向け、青少年の非行防止にご協力をお願いします。

また、補導委員さんなどが巡回の際は、ご理解ご協力をお願いします。(お問い合わせは、生涯学習課 235104まで)



装いも新たに 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・ゴールとし、上田大橋～上室賀地区までの往復コース
※詳細は、今後の「教育うえだ」でお知らせします。



いよいよプールの季節です！

市民プールオープンします

プール	期間・時間
上田公園プール TEL 249814	6月24日(土)～9月3日(日) 午前9時～正午 午後1時～4時30分
自然運動公園プール TEL 386200	6月24日(土)～9月3日(日) 午前9時～正午 午後1時～4時
上田公園・城下・材木町 ちびっこプール TEL 260823	7月1日(土)～8月31日(木) 午前9時～午後4時

アクアプラザ上田
マタニティー・スイミング
参加者募集中！

▷とき 毎週金曜日 午前10時～正午 ▷対象 妊娠16週以上の健康な妊婦さん(必ず主治医に相談し、許可を得てください) ▷参加料 850円(入会時のみ保険加入料700円も頂きます) アクラプラザ上田(Tel 262626)



▲市営野球場南側土手に植栽



▲市営野球場への登り口通路左側に植栽

**緑化推進
コミュニティ助成事業**
この事業は、緑化推進コミュニティ事業(自治宝くじ)の助成をいただき、レッドロビン320本、ユキヤナギ120本、ニシギ120本を体育施設周辺に植栽したものです。
大勢の市民の皆さんに、緑にふれ親しんでいただきたいと思います。

ちゃれん児サイエンスパークが開催されます。

長野県では、毎年、子どもたちが科学の実験や創作活動など様々な体験を通して、自主性・創造性を育むためのイベント「ちゃれん児サイエンスパーク」を開催しています。今年は、8月9日(水)午前10時から上田創造館で行われます。詳しい内容については、「教育うえだ」7月16日号でお知らせします。

子ども放送局をご存知ですか

文部省では、通信衛星を使って全国の子どもに向け「子ども放送局」で情報を発信しています。番組では、毎回テーマを決め著名人のお話を聞いて質問をしたり、各地の様子を中継で見ることが出来ます。「子ども放送局」にあなたも参加しよう。▽とき 毎月第2・4土曜日午前11時～午後4時 ▽ところ 上田創造館、信濃国分寺資料館、マルチメディア情報センター

教育委員会の動き

5月定例会

5月10日(水)開催した5月定例会の主な内容は、次のとおりです。

審議事項

一 上田市特殊教育就学奨励費支給要綱の改正について

学校長経由のみであった支給方法を、原則として保護者への直接支給とする改正案について審議し、承認されました。

二 上田市社会教育委員の公募制の導入について

委員9人のうち1人の委員を公募により選出する案について審議し、承認されました。

三 同和地区児童生徒入学支度金支給要綱の改正について

支度金を増額する改正案について審議し、承認されました。

四 上田市指定文化財の現状変更について

他田塚古墳の入口羨道部の石積み改修について審議し、承認されました。

五 上田市山本県記念館運営審議会委員の委嘱について

欠員補充に伴う1人の委員の委嘱について審議し、承認されました。

六 公民館運営審議会委員の委嘱について

欠員補充に伴う3人の委員の委嘱について審議し、承認されました。

『上田市誌』編さんだより^{⑤③}

上田の自然におもう

市誌編さん室(☎29741)

上田市の最高地点は、大林山(1333m)で、最低地点は、千曲川の塩尻地籍あたりで、標高の差は1000mに達していません。したがって、高山性や暖地性の生物は少なく、また、最近の環境悪化により、昔から生息していた動物の種類数が減ってきています。

自然環境の悪化は、人間の生活とのかかわりが大きく、私たちは身の回りをしっかり見つめて、その変化に気づくことが必要であり大切なことです。

① 食物連鎖 自然の中でひとつの動物が生活していくうえには、まず食べ物が必要です。食べたり、食べられる関係があります。一例ですが池の中の植物プランクトンは動物プランクトンに食べられ、次は魚に食べられ、そして小鳥に食べられ、その小鳥は、ワシやタカに食べられ、力つきて死ねば、ハエなどの虫に食べられ、残った肉や骨

は細菌によって分解されてあとかたもなく消えてしまいます。この食う、食われる関係を食物連鎖といい、生物の生きるエネルギーの流れを示し、永遠に生命現象が続いていきますが、私たち人間も当然食物連鎖の中に位置づいています。生態系(エコシステム)とは、このことをいっているのです。自然界で最初に有機物を作るものは植物で、これを生産者といい、これを食べる動物は消費者です。最後に



烏帽子岳に生息していたニホンオオカミの頭骨

有機物を分解するのはバクテリアです。もし、バクテリアがいなかったら地球上は動物の死体で覆われてしまいます。バクテリアは、地球をきれいにしてくれる清掃者かも知れません。② 環境汚染 先に記したことは私たちの地球が汚染されている場合のことであって、現在のように人間の無軌道な生産・消費を続けてきた結果、空気が

水が汚染されてきました。この地球環境の汚染は、上空のオゾン層の破壊や対流圏内の二酸化炭素などのガスによる温室効果(気温上昇)をおこし、紫外線被害や温暖化問題が発生してきました。また最近では、化学合成物の燃焼で発生する有毒・有害物質が原因で動物の生殖障害をきたす環境ホルモンの問題も出てきました。ほうっておけない問題が山積されています。

③ 種の保存 地球上の全生物界は、今までに六回の大絶滅の危機にさらされてきました。その原因は、寒期、暖期、乾期あり、そして地殻変動、噴火、日照不足などの自然の力によって起きました。今回の危機は、地球誕生以来初めて、人間の力(産業革命以来の高度成長機構)によって、生物種の絶滅が始まっているのです。

上田市でも最近になっていくつかの生物が絶滅しました。そのうちのひとつ、ニホンオオカミは今から約120年前には烏帽子岳に生息していました。その証拠に、上田高校にその頭骨が保管されています。絶滅した原因は、やはり人によるところが大きいと思います。

文芸

今月の投稿数

短歌・138首、俳句・133句
川柳・97句、計・368作品

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。

宮崎 盛登選

短歌

入選

富士山 山寺 勝世
山峡の寺院に夫の一周忌読経に和
して鳴きつぐ鶯

緑が丘 津林 清司
母の日に妻子と登りし太郎山に今
は亡き妻をはるかに思ふ

中之条 山宮 孝
職退きて山桜背に馬鈴薯を植えつ
つ峽に詩くちずさむ

佳作

下紺屋町 小島 寛
職辞めし後は三猿ならむとぞ思い
しままに古希を過ぎたり

下郷 上原 宗雄
トーチカの屋上歩哨凍てつく夜銃
握りしめ故郷偲びし

長島 松井 律子
オオルリのさえずりひびく高原の
青空の下路の蔓摘む

丸堀町 長谷川 貢
暮れなずむ千曲に立ちて人恋し夕
陽に染めて流るる水に

小泉 田中 徳枝
陽光を受けて輝く知多の海養殖の
杭に海鳥並ぶ

神畑 近藤 雅
本栖湖の細波に映る雪の富士寒風
の中に声なく佇ちぬ

新田 酒井 朗
山間の芋井の里を見おろして神代
桜今盛りなり

小泉 間島 百江
桜アーチのトンネルをぬけ日本平
遙かに霞む三保の松原

手塚 樋口もと子
病床に長年臥しいる歌の友よこの
咲き満つる桜見せたし

小牧 宮島 正
盛り上る濃緑の山の息づきの峠の
道は繁みに隠る

中之条 田中 稔
祖父父と受け継ぎて来し松今日は
鉢替えすまし安堵す我は

下紺屋町 山浦 良一
晩霜に注意のテレビながめつつ昨
日植えにし茄子を気づかう

国分 工藤じゅん
真夜深くオリオン淡く春おぼろカ
ランコエ咲き満つ小さき食卓

評文字は楷書で投稿してください
選者 矢島 渚男選
日照雨降る徑にキブシの咲き垂れ
て谷は若葉の匂ひこめたり

俳句

入選

保野 清水ゆき子
サンダルの片方探す春嵐
久保林 桜井ふく江

残雪の浅間間近に野草買う

愛宕町 山崎 九月
亡夫植ゑし藤咲いて夫居ることし

小泉 木村 シモ
母の日の母二人居て手巻き寿司
雨三日とどとどと生ふる花ぎぼし

越戸 羽生田めぐ美
田植え靴買って帰省子待ちにけり
路地裏のいぬのすぐりよ誰を待つ

上常田 関 礼子
街立の浮かれ狸や春障子(実相院)
父の忌や勿忘草に水やりて

上常田 大森 松江
逢ひたき人に丁度行き会う夕桜
北大手町 中曽根和夫

山葵田の砂利掻くそばを水走る
歌ひたきやうに並んでチューリッ
プ

小牧 片岡 てつ
緑が丘北畑 和人
巣作りて家族となりしつばくらめ

鍛冶町 小宮山淳子
輝いた日ざしの中で踊る雪
足腰をたしかめてをり春の畑

東前山 守 史
大手毬小手毬手毬ほろぶとも
選者 吟

益子 雀選

川柳

入選

下之郷 工藤 文枝
マイマイの気分て過ごす雨降り日
置き去りの携帯電話叫び出す

保野 清水ゆき子
にらめっこしても相手は知らん顔

東築地 勝見 稔
馬場町 武井 宏雄
膝枕する娘させる娘花らんまん

中野 竹内 健美
チャンネル権妻に譲った夜は無風
ピンホール抜けた噂が花盛り

中村 佐藤たかこ
ひとつの詩昔の風に巡り合い
吉報が届くか茶柱喋り出す

丸堀町 荻野まつ江
矢沢 青木 勝秀
先ず妻があと一息と腰を上げ

長島 土屋 朝栄
ごめんねとそつとつぶやき摘果す
酒甕に夢漬けこんで梅雨を待つ

新田 青松 勝江
訂正 5月号で誤りがありましたので、
次のおり訂正し、お詫びします。

▽短歌 倉澤 昭夫さんの作品
ひと筋の道あるごとく大空に揚がりて駆く
る白き連風