



景観を守り・育て・楽しみましょう

11月3日(土)、第18回戸石・米山城祭りが伊勢山のふもとと農道を主会場に行われ、城跡に登る景観ウォーキングが同時開催されました。

戸石・米山城登山会やウォーキング協会のメンバーを含めた300人余りの参加者たちは、ほら貝の音を合図に元気よく城跡をめざし、木々の切れ間から市街地や遠く立科方面の眺めが見え隠れする道中、移り変わる景色を楽しみながら気持ちの良い汗を流しました。また、戸石城跡では、「戸石・米山城にまつわる村上義清と武田信玄の戦いや、真田氏の活躍などについて」の話や、「景観の見方ととらえ方について」の話に興味深く聞き入っていました。

景観はその地域の一人ひとりの営みが積み重なり、お互いに作用し合って出来上がるものです。

また、自分の立つ位置や目線の高さをちょっと変えただけでも、ちがう世界が広がってきます。

市では、景観80選を自分の足で確かめる景観ウォーキングを、来年も引き続き行っていきます。広報うえだを通じてお知らせしますので、ぜひご参加ください。

私たちの財産である景観を守り育てていくとともに、自分なりの景観の楽しみ方を考えてみませんか。



…参加者の声…

～残していきたい
美しい景観～

玉井 和江さん
(山口)

小学生のとき以来、ほんとうに久しぶりに登りました。

思ったより登りやすい山道で、楽しみながらさわやかな汗を流すことができました。

また、道沿いの紅葉が美しく、丹念に手入れされた城跡には感心しました。

登っていくにつれて移り変わる景色も美しく、景色やお城の歴史の説明など興味深く聞かせてもらいました。

この美しい景観を、いつまでも大切に残していけたらいいですね。



米山城には、武田軍に攻められた村上の軍勢が、米粒を馬の背中にかけて水に見せかけたという伝説が残っています。

お祭りのイベントで、その様子を再現しました。

平成13年

[2001]

No.1332

12.1

■上田市役所 (TEL 24100)

(FAX 254100)

■市政提言電話 (TEL 252539)

■市政提言FAX (FAX 25111)

■市政提言電子メール

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/>

(広報ほか市政情報掲載)



■データ (11月1日現在)

人 口	122,444人(+27)
男	60,191人(+12)
女	62,253人(+15)
世 帯	45,346戸(+45)
外国人登録者数	4,565人(+6)
男	2,373人(-1)
女	2,192人(+7)

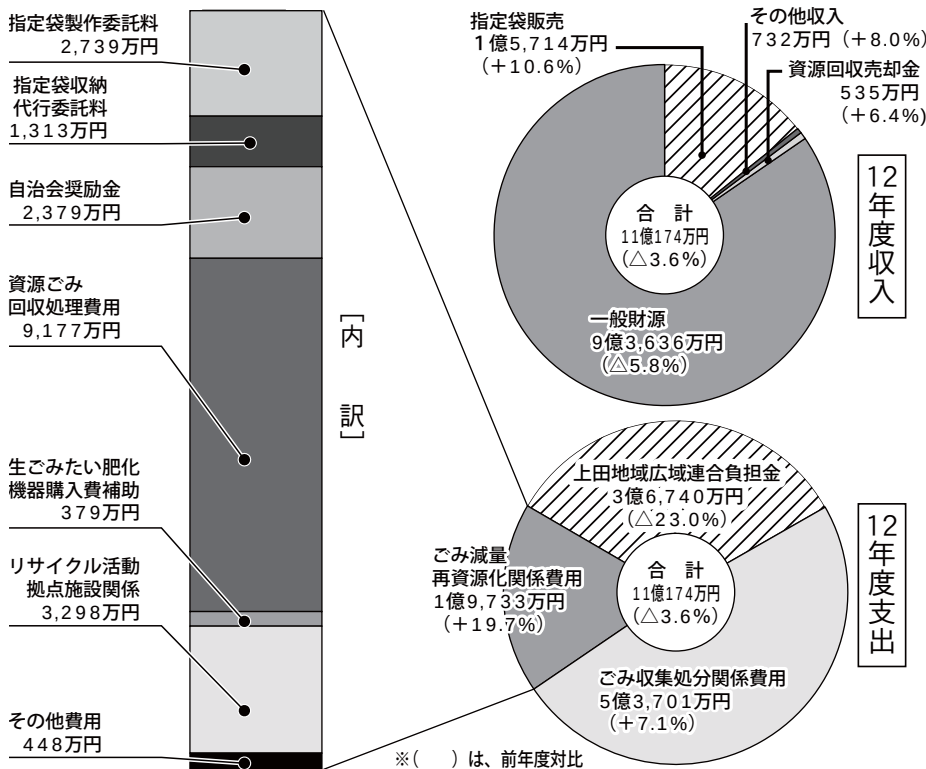
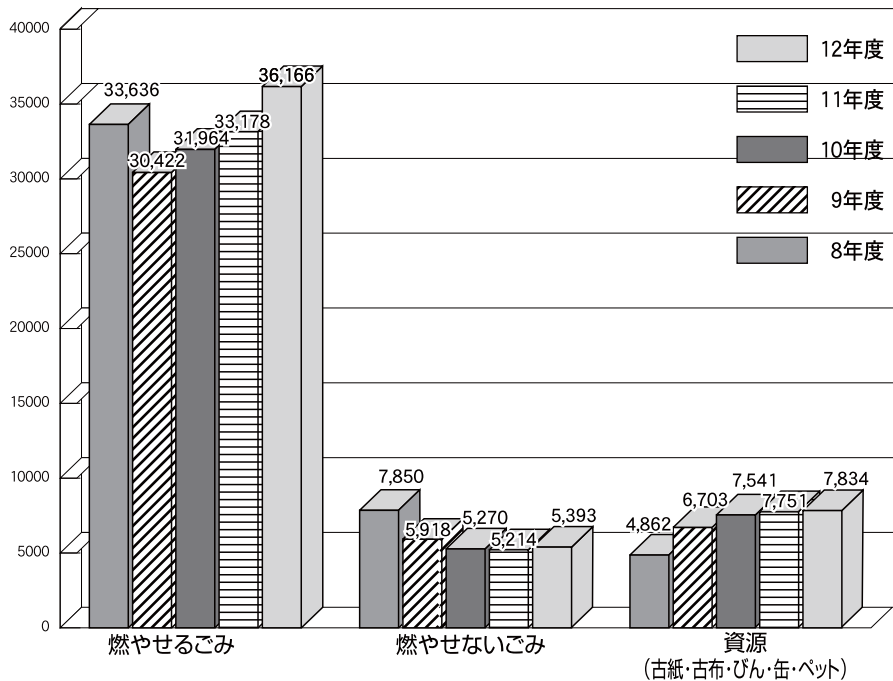
※()内は、前月に対する増減数値

上田市のゴミの状況

「使えるものでも捨てていませんか？
リサイクルすることから一歩踏み込んで「ゴミを出さない」ことを心がけましょう」

次世代の子どもたちに、健康で安心な生活、すばらしい自然環境を引き継いでいくことは、私たち大人の責務です。
豊かな自然環境を守るため、これからも更にゴミの減量・再資源化にご協力をお願いします。

■ゴミ処理量および資源回収の状況（単位：トン）



■ゴミ処理の状況

ゴミ処理量と資源回収の状況は、左上棒グラフのとおりです。
燃やせるゴミ量は、ダイオキシン対策特別措置法の施行により、自家焼却量が減少したことなどで、前年比約9%の増加となりました。

リーンセンターへの持ち込みが11・3%増でした。
また、燃やせないゴミ量も前年比3・4%増加しました。
資源回収は、古紙・古布の回収量が64,233トンで前年比1・6%増、びん・缶については1261トンで7・6%減、ペットボトルは150トン（平成11年9月から実施）回収しました。
なお、全体では1%の増加となりました。

■収入・支出の状況

ゴミ処理等にかかる収入・支出の状況は、上の円グラフのとおりです。

なお、上田地域広域連合負担金とは、上田クリーンセンターの燃やせるゴミの焼却に要する運営費の上田市負担分です。

ゴミ収集処分関係費用とは、燃やせるゴミ・燃やせないゴミの収集委託や燃やせないゴミの分別・処分費および、最終処分場の管理費などです。

■ゴミや資源は、ルールを守ってきちんと出しましょう

市民の皆さんが、ゴミや資源を出すために利用する集積所と資源回収場所の管理は、各自治会にお願いしていますが、ルール違反が多く地元の皆さんにた



～ご存知ですか～

給与所得者の年末調整と住民税



Q 毎年、年末になると個々の会社で、「年末調整」という手続きが行われていますがどういことですか。



A 会社から給与をもらっている会社員は、給与にかかる所得税を、会社をとおして国に納めています。このように、会社があらかじめ給与等から税金を差し引いて納めることを源泉徴収といいます。

しかし、毎月源泉徴収された所得税の税額の合計額と、その年の給与総額に対する年税額とは、必ずしも一致しません。これは、結婚や出産、就職などにより扶養親族の数が変わったり、生命保険料などの所得控除が、年末にまとめて計算されるなどの理由によります。

そこで、その年の最後の給料やボーナスが支払われる時に、過不足を精算する必要が生じます。このことを「年末調整」といいます。



Q 所得税のほかに、住民税も毎月の給与から引かれていますが、住民税も「年末調整」があるのですか。



A 住民税には「年末調整」の制度はありません。

住民税は、所得税の徴収方法とはちがい、前年の所得と所得控除（扶養親族や社会・生命保険等の支払額）を基に市が住民税を計算し、給与の支払者（会社などの勤務先）が今年度納める税額を6月から翌年の5月までの年12回に分け、毎月の給与の支払の際に、納税者の給与から税金を差し引いて市に納める、いわゆる特別徴収の方法により行われます。



Q 給与所得者が、所得税の確定申告もしくは住民税の申告をしなければならない場合を教えてください。



A 一般に給与所得者は、年末調整を行うので所得税の確定申告の必要はありません。

しかし、『給与収入が年額2000万円を超える場合』、『給与以外の所得が20万円を超える場合』、『2箇所以上から給与を受けている場合』などは、確定申告が必要になります。

また、住民税の場合は年末調整で作成された「給与支払報告書」が、勤務先から市役所に提出されることにより住民税の申告がされたこととなります。ただし、給与所得のほかに年間20万円以下の所得がある（所得税の確定申告不要者）人は住民税の申告が必要になります。

なお、所得税の確定申告をされた人は住民税の申告をしたこととなります。

▶問い合わせ 税務課（TEL235115）

●自動交付機の利用にはご注意を！

市役所・しなの鉄道・上田駅・上田創造館の自動交付機で、所得証明書・税額証明書を申請する場合、年度（年分）の誤りがないよう交付機の注意書きを必ずお読みください。

■最終処分場の状況

下室賀最終処分場は、地元の方々のご理解をいただきながら、固形化した焼却灰や廃プラ

いへんご苦勞をいただいています。「少しぐらいは・・・」と思う、他のかたに迷惑をかけるよう、ルールを守ってきちんと出しましょう。ルール違反のないごみ出し、資源回収にご協力をお願いします。

スチックなどの埋め立てを行っています。平成8年度から使用開始し、今年3月末時点で約55%ほどの埋め立て状況となっています。このままいくと平成18年までの埋め立て完了予定が早まる恐れがあります。最終処分場の延命のため、よりいっそうのごみの減量にご協力をお願いします。

年末・年始のごみ収集は！

■年末・年始のごみ収集、受け入れ

月日	ごみ収集	クリーンセンター受け入れ
12月24日(月) 振替休日	休み	休み
12月29日(土)	土曜収集地区	一日受け入れ
12月30日(日)	休み	休み
12月31日(月)	月曜収集地区	午前の部受け入れ
1月1日(火) 元日	休み	休み
1月2日(水)	休み	休み
1月3日(木)	休み	休み
1月14日(月) 成人の日	休み	休み

■クリーンセンター受け入れ時間

午前の部… 8時30分～11時45分

午後の部… 1時～4時

※年末は、クリーンセンターの受け入れが特に込み合いますので、清掃は早目に済ませましょう。

※1月4日(金)から平常どおりとなります。

※1月5日(土)のウイークエンドリサイクル（ツルヤ大屋・マツヤ上田店）は、都合により休みとなります。

※1月の自治会資源回収は、変更になっている自治会が多いため、本号に差し込んである「資源回収年間カレンダー」を確認のうえ、間違えないようにしてください。

問い合わせ

廃棄物対策課（TEL220666）



12月7日(金)午前11時から上田地区入選者の表彰式を行います

リレー討論会
「地域のこみ問題を考える」

上田地域広域連合こみ処理
広域化推進室 (TEL 23-2130)

▽とき 12月15日(土)午後1時
30分～4時 ▽ところ 中央公民館 ▽参加料 無料 ▽内容
こみ処理広域化計画等の説明
講演(講師:松田美夜子さん)
を交えた討論会

募集

上田市霊園使用者を
補充募集します

生活環境課 (TEL 23-5120)

上田市霊園の4区画を補充募集します。希望者は、生活環境課までお申し込みください。

▽応募資格 市内に住所があり現在墓地をお持ちでない、次のいずれかに該当するかた ①遺骨を自宅に安置しており、墓地を必要とするかた ②遺骨を親戚や知人などの墓地に仮埋葬して、墓地を必要とするかた ③遺骨を寺院などに預けてあり、墓地を必要とするかた

天神商店街をリサーチ！
消費者モニターを募集

天神商店街振興組合 (TEL 24-1428)
商工課 (TEL 23-5396)

▽申込期間 来年1月7日(月)～同11日(金) ▽永代使用料 16万8000円 ▽年間管理料 1400円 ▽その他 応募者多数の場合は抽選となります

現在、天神商店街振興組合では、商店街活性化計画を策定中です。そこで、消費者の皆さんに商店街を利用していただき、感じたさまざまなご意見をお聞きし、計画に盛り込んでいくため、モニターを募集しています。

▽募集人員 10名(10～20代のかた3名、30～40代のかた4名、50代以上のかた3名) ▽募集期間 12月10日(月)まで ▽内容(とき) 第1回:概要説明の後、商店街を現地見学(12月14日(金)午後2時)。第2回:第1回の後、実際に天神商店街を訪れて利用していただき、良い点・良くない点・不足している点など、感じたことをフリートークでお話しいただきます(1月中旬の予定) ▽申し込み 天神商店街振興組合か商工課へ ▽その他 モニターに協力いただいたかたには謝礼を差し上げます

テレビ番組 『うえだDEシネマ』 をご覧ください！

企画課 (TEL 23-5112)

テレビ番組『うえだDEシネマ』が12月16日(日)午後4時から信越放送(SBC)で放送されます。上田市では映画などのロケが多いことから、「信州上田フィルムコミッション」が上田観光コンベンション協会内に設立され、ロケを積極的に支援して、市内の風景を全国にPRしています。また、上田ロケ作品や邦画の秀作を上映する「うえだ城下町映画祭」も今年5周年を迎え、市内はもとより市外からも多くの来場者があり、すっかり定着したイベントとなりました。こうしたロケに適した上田の魅力と映画祭について紹介していきます。ぜひご覧ください。

催し

すすめようエンパワーメント
うえだ女性フェスティバル

男女共同参画課 (TEL 23-5245)

▽とき 12月9日(日)午後零時30分～4時 ▽ところ 市民プラザ・ゆう ▽内容 講演「おんなが歴史をつくる」女性史に学ぶ私たちのこれから」(講師:米田佐代子さん(元山梨県立女子短期大学教授)、分散会) ▽その他 託児希望者は、事前にお申し込みください

農業所得収支計算説明会を
開催します

税務課 (TEL 23-5115)

農業所得の収支計算・収支内訳書作成についての説明会を開催します。今年収支計算をされる農家のかたの出席をお願いいたします。なお、青色申告のかたは別途説明会があります。

視覚障害者のための
正月用生け花講習会

点字図書館 (TEL 22-1975)

▽とき 12月26日(水)午前10時30分～午後1時 ▽ところ 上田点字図書館 ▽参加料 無料 ▽持ち物 花器・花ばさみ(お持ちのかた) ▽定員 10名 ▽申し込み 12月18日(火)までに点字図書館へ ▽その他 送迎を希望されるかたはその旨お申し出ください

第17回千曲川・犀川キャンペーン
入選作品展示会

国土交通省千曲川工事事務所
(TEL 026-1227-9434)
管理課 (TEL 23-5125)

キャンペーンの一環として行った、「フォト」「俳句・短歌」「児童画」コンクールの入選作品の展示会を開催します。

▽とき 12月7日(金)～同9日(日)午前9時～午後5時 ▽ところ 上田市文化会館 ▽その他

IT講習会

(パソコン初心者講座)
ワード・エクセル編も

開講!



これまでの入門編に加え、ワード・エクセル編も開催します。

▷日程 下表のとおり

▷対象 パソコンの初心者(20歳以上)

※すでに受講されたかたも再受講できます。

▷費用 テキスト代500円のみ

▷申し込み メディアランドUEDA(☎391000)

▷問い合わせ メディアランドUEDA・
情報推進課(☎238241)

月	講座番号	日程	時間	会場	内容
12月	12-198	12/11(火)・12(水)・ 13(木)・14(金)	18:30 ～21:30	勤労青少年 ホーム	ワード・ エクセル編
1月	01-211	1/4(金)・7(月)・ 8(火)	13:00 ～17:00	塩田中学校	パソコン 入門編
	01-205	1/7(月)・8(火)・ 9(水)・10(木)	18:30 ～21:30	上田創造館	パソコン 入門編
	01-206	1/21(月)・22(火)・ 23(水)・24(木)	18:30 ～21:30	上田創造館	ワード・ エクセル編
	01-203	1/22(火)・23(水)・ 24(木)・25(金)	18:30 ～21:30	勤労青少年 ホーム	ワード・ エクセル編
	01-207	1/28(月)・29(火)・ 30(水)・31(木)	18:30 ～21:30	上田創造館	ワード・ エクセル編
	01-208	1/31(木)・2/1(金)・ 2(土)・4(月)	9:00 ～12:00	塩田西 小学校	パソコン 入門編
	01-209	1/31(木)・2/1(金)・ 2(土)・4(月)	13:30 ～16:30	塩田西 小学校	ワード・ エクセル編
	01-210	1/31(木)・2/1(金)・ 2(土)・4(月)	18:00 ～21:00	塩田西 小学校	パソコン 入門編

※上記以外の講座もあります。

※詳しくは、広報うえだ9月1日号の差し込みちらしをご覧ください。

年末の交通安全運動

12月11日(火)から12月31日(月)まで

■運動の重点

- 1 高齢者の交通事故防止
- 2 飲酒運転の根絶
- 3 シートベルト着用の徹底

▽とき 来年1月10日(木)～3
月7日(木)午後6時45分～8時45
分(木・日曜日の全10回コース。
詳細は1月10日に説明します。
また、2月17日は1日講習です)
▽ところ 菅平高原スキー場
日の出ゲレンデ(現地集合)
▽対象 市内在住・在勤のかた
▽定員 60名 ▽参加料 6
000円 ▽申し込み 12月11

ナイトスキー教室
受講者募集

体育課(☎5105)

日(火)から同25日(火)までに参加料
を添えて体育課へ。定員になり
しだい締め切ります

アクアプラザ上田
水中運動・ベビー教室へ

アクアプラザ上田(☎2626)

■高齢者水中運動教室

▽コース・とき・定員 左下
日程表のとおり ▽対象 65歳
以上のかた ▽参加料 670
0円 ▽送迎 オレンジバス
(60歳以上のかた無料) 運行中
です(行き:上田駅お城口発 午

■高齢者水中運動教室 ※コースの重複はできません

コース	と き	定員	回数
月曜コース	1/7～	30名	10回
水曜コース	1/9～		
金曜コース	1/11～		

■ベビースイミング教室 ※同年齢のコースの重複はできません

曜日	コース	と き	定員	回数
火	0歳児	10:15～10:45	20組	10回
	1歳児	11:00～11:35		
	2歳児	12:00～12:35		
水	2歳児	12:15～12:50	20組	10回
金	1歳児	12:15～12:50		

23)まで

希望コース(ベビー教室は、
子どもの氏名・生年月日・満
年齢も記入)を明記して、ア
クアプラザ上田高齢者水中運
動係かベビー教室係(〒38
610042上田市上塩尻6
23)まで

前10時15分、帰り:アクアプラ
ザ発午後2時30分) ▽その他
応募者多数の場合は抽選。受
け付け終了後の取り消しの場合、
参加料はお返しできません
■ベビースイミング教室
▽コース・とき・定員 左記
日程表のとおり ▽参加料 6
000円 ▽その他 応募者多
数の場合は抽選
※各教室への申し込みは、12月
17日(月)までに直接来館するか、
はがき(必着)に、郵便番号・
住所・氏名・年齢・電話番号・
希望コース(ベビー教室は、
子どもの氏名・生年月日・満
年齢も記入)を明記して、ア
クアプラザ上田高齢者水中運
動係かベビー教室係(〒38
610042上田市上塩尻6
23)まで

■勤労青少年ホーム1月開講講座日程表

講座	曜日	期間	回数	定員	※受講料	活動時間	材料費等
料理	月	1/7～	10回	18名	1500円	18:30～	材料費5000円程度(10回分)
料理	火	1/8～	10回	18名	1500円	18:30～	材料費5000円程度(10回分)
中国語会話	火	1/8～	10回	15名	1500円	19:30～	テキスト代(1260円)
料理	水	1/9～	10回	18名	1500円	18:45～	材料費5000円程度(10回分)
エアロビクス	水	1/9～	10回	30名	1500円	19:00～	運動のできる服装
七宝焼き	木	1/10～	4回	12名	600円	19:00～	材料費4000円程度(4回分)
ジャズダンス (Hip-Hop)	金	1/11～	8回	20名	1200円	19:00～	運動のできる服装

※ほかに、利用者協議会費200円が必要です。

勤労青少年ホーム
1月開講講座

勤労青少年ホーム(☎7117)

▽対象 事業所等に勤務する
35歳までのかた ▽申し込み
12月10日(月)～同14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
け付けています

**ふれあい広場21で
クリスマスイベント開催!**
問い合わせ 商工課 (☎235396)



昨年ご好評いただいたクリスマスイベントが、商店街などさまざまな団体の協力を得て今年も開催されます。温かい食べ物や飲み物を用意して皆さんをお待ちしています。!

▷とき 12月22日(土)午後2時～6時 ▷ところ ふれあい広場21 (ほていや跡地) ▷内容 ①サンタクロースといっしょに写真撮影会 ②地元合唱団によるクリスマスミニコンサート ③街頭キャロリング、クリスマスキャンドル設置 ④中央通りエコステーション開設1周年記念クリスマスケーキ引き換えコーナー (12月10日(月)～同22日(土)までの期間内に、エコステーションのラッキーチケット当選者にプレゼント) ⑤クリスマスリース作り教室 (先着50名) など ▷主催 クリスマスイベント実行委員会

**自衛隊生徒
採用試験**

自衛隊上田募集事務所 (☎25267)

▽受験資格 15歳以上17歳未満の男子で中学校卒業者 (卒業見込みを含む) ▽受付期間 来年1月4日(金)まで ▽試験日 来年1月6日(日) ▽その他 受験・衣食住は無料、完全週休2日制

お知らせ

**道路に面した私有地の
樹木の倒木防止にご協力を**

長野国道工事事務所上田出張所 (☎22737)
上田建設事務所管理計画課 (☎257164)
管理課 (☎25125)

最近、台風や豪雨などの時に、道路に面した私有地の樹木が道路に倒れ込み、通行車両に被害を与える事故が発生しています。国土交通省・県・市では、道路パトロールなどにより、このような事故の予防に心がけていますが、道路に面した私有地の樹木は、所有者が適切に管理していただく必要があります。支障になる樹木は伐採するなど、

市功績者表彰

11月22日(木)、上田市功績者表彰式が市役所で行われ、次の32人、2団体のかたが受賞されました (敬称略)。

■自治功績 (5人)

▽上原康愛 (67歳・上手)
▽大井芳子 (68歳・北大手町)
▽金子承司 (75歳・城北)
▽工藤佐輔 (77歳・上田原)
▽小林竹子 (59歳・三好町)
■教育・文化功績 (4人)
▽菅沼性一 (64歳・上塩尻)
▽関 啓治 (60歳・鈴子)
▽細川武敏 (77歳・諏訪形)

▽村田知也 (66歳・城北)
■社会功績 (10人、2団体)

▽池田重義 (73歳・院内)
▽上野光子 (66歳・保野)
▽小林早苗 (63歳・富士見台)
▽竹内和夫 (60歳・常入)
▽都筑廣幸 (82歳・御所)
▽でんでん虫の会
▽西入好子 (60歳・金井)
▽日赤ハナミツキ会
▽干場文男 (76歳・北天神町)
▽宮下敏男 (76歳・福田)
▽山岸國雄 (73歳・新屋)
▽若林和男 (60歳・浦野)
■産業功績 (13人)
▽青木 清 (60歳・馬場町)

▽大島和夫 (68歳・神畑)
▽小沢志一 (75歳・上田原)
▽小山友三 (74歳・愛宕町)
▽酒井義夫 (69歳・材木町)
▽竹内一郎 (65歳・保野)
▽竹内茂夫 (65歳・院内)
▽竹下袈裟人 (65歳・山田)
▽田中今朝光 (65歳・北天神町)
▽中村正則 (64歳・千曲町)
▽林 照江 (73歳・丸堀町)
▽福澤謙時 (71歳・舞田)
▽鷲原 悟 (68歳・東前山)

◆問い合わせ
秘書課
(☎224100 内1112)

市民の皆さんのご協力をお願いします。

なお、国道18号については長野国道工事事務所上田出張所、その他の国・県道は上田建設事務所管理計画課、市道は市役所管理課までお問い合わせを。

**市税等の納付は
口座振替で!**

収税課 (☎25117)

口座振替は、
①外出の手間が省けて、便利!
②現金を持たないため、安全!
③納期限までの納付が、確実!
ぜひ、便利で安全で確実な口座振替を、ご利用ください。手

数料はかかりません。

口座振替の手続きには、通帳 (口座番号などのわかるもの)・通帳届出印をお持ちになり、市内金融機関か市役所本庁舎1階収税課までお越しください。

また、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。その場合はお手数ですが、改めて手続きをお願いします。

**納税組合員の皆さんに
口座振替への変更のお願い**

収税課 (☎25117)

今年度で上田市納税組合連合会が解散します。このため来年

4月からは、各地区の納税組合を通じて市税等の納付ができません。各納税組合員の皆さんは、市税等の納付方法を口座振替に変更していただくようお願いいたします。

●手続きは簡単です

各地区の納税組合長さんが口座振替依頼書を持って納税組合員のお宅に伺いますので、『口座振替依頼書の書き方』を参考に

にご記入ください。口座振替依頼書は納税組合長さんにお渡しいただき、一括して市役所収税課に提出していただきます。

ご協力をお願いします。

あなたのご意見を
お聞かせください

懇談時間は30分以内。希望者はあらかじめ訪問時間と懇談の内容を秘書課（☎2241000）内1112へお知らせください。

▽とき 12月19日（水）午前9時

▽ところ 市役所3階市長室

収税課 (TEL) 5117
 国保年金課 (TEL) 235118

市税と国民健康保険税・国民年金保険料の、休日・夜間窓口を開設します。お仕事等の都合で平日に納付できないかたはご利用ください。

また、当日は納付のほか、納税相談にも応じますのでご利用ください。

▽とき ①休日窓口：12月15日(土)・同16日(日)・同22日(土)・同23日(日)・同29日(土)（いずれも午前9時～午後5時） ②平日夜間窓口：12月10日(月)・同14日(金)・

同17日(月)・同21日(金)・同25日(火)
 ↳同28日(金)(いづれも午後7時
 まで) ▽ところ 市役所本庁
 舎1階収税課・国保年金課窓口

し尿・家庭雑排水のくみ取り
年末年始の操業について

生活環境課
(TEL 23 5120)

12月29日(土)午後から来年1月3日(木)まで、し尿・家庭雑排水のくみ取り業務が休みとなります。なお、し尿は、毎月第4土曜日の業務は休みとなっていますが、12月22日(土)は通常どおりくみ取りを行います。

年末はくみ取りの依頼が集中しますので、早めに業者にご連絡ください。

ごめい福を
お祈りします

(10月届け出分・敬称略)

小林 富代	大屋	74	田村 貞子	下之郷	79	生島 丈二	下小島	90	松本きのえ	築地	78	中澤志さを	中之条	89	山岸 品子	久保林	86	小山 豊祐	吉田	56	竹之内おとよ	下郷	77	宮下 盛子	下塩尻	93	佐藤千代子	倉升	74	安藤 晃	鎌原	71	柴崎 行雄	生塚	90
大庭きくい	十人	82	川田まさ江	学海南	83	横田登美雄	緑が丘北	77	川本 文子	上小島	68	箱山 芳枝	小井田	88	宇梶 みち	緑が丘西	88	若林 吉枝	神畑	81	朝倉 八郎	御所	86	清水喜太郎	中野	86	中澤美知子	秋和	76	齋藤ふじ江	中組	85	山本 義春	川辺町	64
田中 勇	小牧	84	伊藤 弘	南天神町	65	小林四一郎	みずす台南	83	林 悦治	西脇	73	山岸 國男	愛宕町	81	岩井 房雄	下組	97	田原 時夫	川辺町	78	上原 茂代	南天神町	80	山邊 りう	下堀	97	甘利 きさ	秋和	96	武井 友一	神科新屋	83	中村 守三	下房山	53
上條 愛子	北大手町	72	南雲 わか	浦野	58	小川 政次	上紺屋町	80	滝澤 正二	生塚	87	関 賢二	石神	58	大橋とし子	鎌原	85	古田 和平	吉田	97	小林 よし	南天神町	89	若林 順天	院内	86	木村利喜雄	海野町	83	池田とき子	野倉	86	倉島 貞夫	福田	85

市内4銭湯
毎月26日は無料開放

生活環境課
(TEL 23 5 1 2 0)

家庭ぶろの普及に伴い、入浴者数が減りつつある銭湯の良さを見直し、多くのかたがたの

「ふれあいの場」として利用していたため、毎月26日（風呂の日）は、市内にある4軒の銭湯を入浴料金無料で開放しています。銭湯の良さを知るためにも、おおぜいの皆さんお出かけください。

また、利用にあたっては入浴のマナーを守り、周りに迷惑をかけないようにしましょう。

風呂の日以外の利用もお待ちしています。

■市内 4 錢湯

浴場名	自治会	電話
浮世の湯	鎌原	22-6532
竹の湯	大手町	22-2557
宮桜の湯	上常田	22-5678
柳の湯	新田	22-2986

**工業統計調査への
ご協力をお願いします**

情報推進課
TEL 23 8241

今年12月31日現在で、工業統計調査が実施されます。

する施策の基礎資料として、国・県・市で広く利用されています。

調査をお願いする事業所には、12月中旬から市の統計調査員が調査票を持ってお願いに伺いますので、調査にご理解とご協力をお願いします。

なお、ご記入いただいた調査票は、法律によりその内容を他に漏らすことは固く禁じておりますので、秘密は厳守されます。

塩田の館『里帰りそば』
1周年記念感謝祭

塩田の館
TEL
38
1251

西塩田地区営農活性化推進組合

TEL 38 2388

信州の鎌倉・塩田平を一望で
きる「塩田の館お食事処・北条
庵」に、昨年の暮れオープンし
た「そば処」が、おかげさまを
もちまして1周年を迎えること
になりました。

そこで、日ごろからご愛顧いただいている皆さんに感謝を込めて、12月1日(土)から同28日(金)まで「1周年記念感謝祭」を開催します。期間中、『里帰りそくば』をお召し上りの皆さんに記念品をプレゼントします。

どうぞ、お気軽にお越しく
ださい。

▽營業時間 午前11時～午後2時

保健ガイド

■精神保健講演会

精神障害者上小地域家族会主催で、講演会を開催します。どなたでもお気軽にご参加ください。

▷とき 12月12日(水)午後2時～3時30分 ▷ところ 上田合同庁舎3階 ▷内容 講演「家族の言葉がけのコツ～伝えたいことを伝え合うために～」 ▷講師 長野大学産業社会学部社会福祉学科助教授・藤原正子さん ▷参加料 無料 ▷問い合わせ 健康推進課 (☎③8244) ・「せせらぎ」代表・小合沢 (☎③5569)

■母と子の集い

手遊びしたり唄ったり、親子みんなでクリスマス会を楽しみましょう。

詳しくは、上田乳児院へお尋ねください。
▷とき 12月21日(金)午前9時30分～10時30分 ▷ところ 上田市乳児院 ▷対象 0～1歳6か月児と、その保護者 ▷定員 先着15組 ▷申し込み 12月11日(火)か同12日(水)午前中に、電話で上田市乳児院 (☎⑦4408) へ

■インフルエンザ予防接種の実施

予防接種法の改正により、市ではインフルエンザの予防接種を実施しています(11月16日付けの定期送達で各戸配布した、「65歳以上のかたに対するインフルエンザ予防接種の実施について」での対象者のほかに、新たに、次の対象者②に該当するかたも対象になります)。

▷対象者 ①65歳以上の市民で、予防接種を希望するという意思表示が確認できるかた ②60歳以上65歳未満の市民で、心臓・じん臓・呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障害があることで一級の身体障害者手帳をお持ちのかた、または診断書等により同程度の障害があると認められるかたで、予防接種を希望するという意思表示が確認できるかた(身体障害者手帳をお持ちでないかたは、事前に健康推進課までお問い合わせを) ▷実施期間 来年1月31日(木)まで(医療機関によって休診日が異なるのでご注意ください) ▷実施医療機関 11月16日付けの定期送達で各戸配布した、「65歳以上のかたに対するインフルエンザ予防接種の実施について」の委託医療機関一覧をご覧ください ▷接種回数 1回 ▷接種料金 個人負担金1000円(委託医療機関の窓口で支払いを。生活保護世帯は無料) ▷持ち物 年齢を確認できるもの(保険証・運転免許証など)、体温計(接種の直前

に体温を測ります)、身体障害者手帳(対象者②に該当するかたで、身体障害者手帳をお持ちのかた) ▷注意事項 ①予防接種を受ける前に、11月16日付けの定期送達で各戸配布した、「65歳以上のかたに対するインフルエンザ予防接種の実施について」を、よくお読みください ②事前に、医療機関に電話予約をしてからお出かけください ③医療機関では、体温を測った後、予診票を記入していただきます(予診票は医療機関にあります) ▷問い合わせ 健康推進課 (☎③8244)

●インフルエンザには、ご注意を!

インフルエンザは、感染者の咳やくしゃみなどによって空気中に広がったウィルスを吸い込むことにより感染します。典型的な症状は、突然の高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などで、のどの痛み、咳、鼻水などもみられ、普通のかぜに比べて全身症状が強く、気管支炎や肺炎などを合併し、重症化することが多いのも特徴です。

インフルエンザは空気中に拡散されたウイルスによって感染しますから、感染予防のためには、人込みは避けましょう。また、常日ごろからじゅうぶんな栄養や休息をとることも大切です。インフルエンザ感染の広がりには空気の乾燥が関連しています。室内では加湿器などを使って加湿しましょう。外出時のマスクや帰宅時のうがい、手洗いは、普通のかぜの予防と併せておすすめします。

私たちの地球を 私たちの手で守いましょう!

環境省では、一年で最も窒素酸化物などの大気汚染物質濃度が高くなる12月を、「大気汚染防止推進月間」として大気保全意識の高揚を図っています。

身近なことから実践し、私たちの住んでいる、かけがえのない地球を守りましょう。

■あなたも今日から実践を!

- ①車から離れたり、荷物の積みおろしをする時など、不要なアイドリング(エンジンをかけっぱなしにすること)はやめましょう。
 - ②家庭や事業所から出る、プラスチックやビニール類などの焼却は禁止されています。また、燃やせるごみも、庭木の枝など一部の例外を除いて、野焼き(焼却炉以外での焼却)が禁止されています。
ごみはきちんと分別して、リサイクルできるものは資源として有効に活用しましょう。そして、最後に残ったごみは、燃やさずにごみ集積所へ出すなど適正に処理をしましょう。
- ▷問い合わせ 生活環境課 (☎③5120)