

平成14年
[2002]
No.1346



お城口再開発完成予想図

変わります



建物の取り壊しが済んだ
現在の上田駅お城口



安全祈願祭
「活性化の一助に」

いよいよ上田駅お城口が変わります

上田駅お城口整備計画の内容については、昨年から広報うへだ等でお知らせしてきましたが、6月13日(休)、再開ビル2棟の安全祈願祭が行われ、いよいよ本格的な工事に取りかかりました。今年度中には残りの再開ビル1棟と立体駐車場の工事に着手するとともに、お城口広場の整備を進めていきます。

再開ビルは来年12月のオープンを目指し、平成16年3月にはすべての整備を完成させる予定です。

市民の皆さんには、整備中ご不便・ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。なお、整備に伴うご意見・ご質問は市街地整備課上田駅周辺整備現地事務所(☎23・3432/☎23・3473/e-mail ekimae@city.ueda.nagano.jp)までお寄せください。

- 上田市役所 (☎22・4100) (☎25・4100)
- 市政提言電話 (☎25・2539)
- 市政提言FAX (☎23・5111)
- 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 (6月1日現在)

| | |
|---------|---------------|
| 人口 | 122,319人(+22) |
| 男 | 60,164人(+12) |
| 女 | 62,155人(+10) |
| 世帯 | 45,637戸(+44) |
| 外国人登録者数 | 4,362人(-36) |
| 男 | 2,218人(-34) |
| 女 | 2,144人(-2) |

※()内は、前月に対する増減数値





用語



解説



●生活習慣病

これまで「成人病」と呼ばれていたもので、食生活・運動習慣・飲酒・喫煙・ストレスなどの生活習慣が発病に深く関わっています。

現在、日本人の死因の1位から3位を占める、がん・心臓病・脳卒中や、最近増加が著しい糖尿病はいずれも生活習慣病です。

計画づくりで目指すもの

- ▷子どもから高齢者まですべての市民が、健やかで心豊かに生活できる、活力ある上田市を目指します。
- ▷「安心して、子どもを生み、健やかに育てる」・「自分の健康は自分で守る」という意識が高まるような、住民主体の計画にします。
- ▷今まで以上に子育て支援の強化や健康の増進に力をいれ、寝たきりや痴ほうにならずに、健康で自立した生活がおくれるような計画にします。
- ▷病気になる前に、規則正しい食事、運動不足の解消、禁煙や節酒、ストレスのコントロールといった健康的な生活習慣づくりを行うことで、病気の発病を防ぐことを重点とした計画にします。
- ▷生涯を通じた市民の健康づくり計画にします。

計画づくりの考え方

- ▷市民の皆さんが持っている、健康づくりに関するさまざまなご意見を反映した計画にします。
- ▷市民のかたが、主体的な健康づくりを行えるような

安心して子育てができる 環境整備を

藤森幸恵さん(岡)
諒大くん

子どもを保育園にあずけて共働きをしているので、子どもといっしょにいられる時間はできるだけ遊んであげるようにしています。近くの公園で遊ぶのが、日課です。子どもといると、今までになげなく見ていた自然がちがうものにうつつたり、いっしょに笑ったり泣いたりしているうちに、自分も成長させられているような気がします。

ただ、共働きをしていると、なかなか市まで子育ての相談に行くことができないので、インターネットでの相談窓口、休日相談窓口や休日の親子ふれあい広場の開催など、仕事をしながらの子育てができる環境をつくってもらえたらと思います。「安心して子育てができるまち上田」を目指してほしいです。



環境づくりを目指します。

- ▷計画の策定(plan)のみに終わらず、計画の推進(do)、計画の評価(see)を行うために、できるだけ具体的な目標を設定します。

4年前に都会から上田市に引っ越してきて、自分の手で野菜づくりをする楽しさ、喜びを知りました。無消毒でとてもおいしいですよ。今、健康食品がブームになっているようですが、私はバランスの良い菜食中心の食事を3食しっかり取り、規則正しい生活をおくり、適度な運動をすることが、私たち夫婦の健康づくりになっていると思います。そのせいか、私も主人もとても元気です。

主人は以前、のどや鼻の調子があまり良くなく、頭痛持ちでしたが、10年前にたばこをやめ、健康に気がついた生活をするようになってからはとても調子がいいようです。

これからも、規則正しい食事と適度な運動に気をつけ、夫婦いつまでも元気で、充実した生活を送っていきたいと思っています。

「夫婦いつまでも元気で」が 私たちの目標です

中島端子さん(下塩尻)



生涯を通じて、健やかで心豊かな生活を送るために



～地域に密着した健康づくり計画を策定します～

生活環境の改善や医学の進歩により、わが国の平均寿命は伸び、いまや世界有数の長寿国となっています。

しかし、その一方で、がんや心臓病、脳卒中といった「生活習慣病」が増加しており、更に「寝たきり」や「痴ほう」などの高齢化に伴う障害も増加しています。

こうした状況の中、市では皆さんと一しょに「上田市市民総合健康づくり計画（仮称）」を策定し、住民の主体的な健康づくりを支援していきます。

今後、皆さんの健康に対する意識や健康上の課題を把握するためにアンケート調査を実施したり、ご意見をお聞きするために座談会等を開催していく予定です。

詳しくは、今後「広報うえだ」などを通してお知らせしていきます。



レクリエーションダンスは私の生きがいになっています

荻原由美子さん（久保林）
[上の写真一番右]

健康づくり教室に参加して、レクリエーションダンスが大好きになったのがきっかけで、20年以上みんなと一しょにダンスを楽しんでいます。自分の体力に応じた動きができるところがいいですね。今では、公民館での活動として35人程度（主に40～50歳）のかたたちの指導にあたっていますが、「自分が若くなる」・「健康でいられる」などと皆さんとても喜んでますよ。

私の生活の一部になっているレクリエーションダンスは、自分の体を知る、健康のバロメーターであるだけでなく、とても楽しめる、私の生きがいにもなっています。

現在の公民館活動をみると、多くが文化・芸術関係の事業で、健康づくりに関する事業が乏しく感じます。特に、子どもと大人が一しょに楽しめるようなスポーツなどを企画してみたいかがでしょうか。

自分の健康は、楽しみながら自分で管理する。そして、それが生きがいにつながればいいですね。

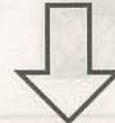
●お問い合わせは、
お気軽に健康推進課（☎23・8244）まで

生活習慣病を防ぐために

がんや脳卒中、心臓病や糖尿病といった病気を減少させるために、病気の原因となる食生活や運動、ストレスといった生活習慣に着目して、生活習慣を改善することによる健康づくりを考えていきます。

生活習慣の改善

栄養・食生活・運動・飲酒・喫煙・ゆとり 等

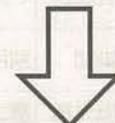


危険因子の減少

肥満・高血圧・高脂血・
歯周疾患・ストレス 等

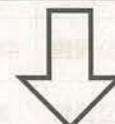
健診等の充実

健康診断受診者の増加
健康相談の充実



病気の減少

がん・脳卒中・心臓病・糖尿病 等



- ・生活の質の向上
- ・健康寿命（痴ほうや寝たきりにならない状態で自立して生活できる期間）の延伸
- ・壮年期死亡の減少

始まりました

上田市自治会連合会主催の『合併を考える地区懇談会』

上田市自治会連合会主催の「合併を考える地区懇談会」が始まりました。第1回目の神科地区（5月23日）には約120人、第2回目の川辺・泉田地区（5月30日）には約140人とおおぜいの市民の皆さんが参加し、活発に意見・質問が出され、熱気ある懇談会となりました。市からは、市長・助役・総務部長ほか、5月20日付けで新設された合併推進室の職員4人が出席し、主催者あいさつ、市長あいさつ、概要説明のあと懇談を行いました。

母袋市長あいさつの概要

他に例のない市民の皆さん主体の懇談会であり、「上田モデル」といふべき理想の形だ



市民のかたからいただいた
ご意見と市長の回答の
一部をご紹介します

ご意見

農業、観光、工業といった産業面をはじめ、これだけさまざまな資源・好条件を兼ね備えた地域は他にない。これらをうまく結びつけられるよう、上田市が先頭に立ち、周辺町村に呼びかけるべき。

市長

併により、他の地域にない優位性を大いにPRしていければよいと思う。

ご意見

上田市は産業の育成が遅れている。合併を機に観光振興や企業誘致に力を入れるべき。

市長

広域的観点から土地の有効利用が図れ、事業展開も選択肢が増えることなどにより、新しい産業振興の芽を出していける可能性が広がると思う。

ご意見

対外的な魅力の発信も大事だが、合併で医療や福祉という、住んでいる住民にとって安心という分野の充実を図るべきではないか。

市長

地域によって医療・福祉の取組に差異があるのは事実。事務・事業の調整によって、政策的に優れた他市町村の事業を取り入れることにより、全体のレベルアップが図れると考える。

ご意見

今年度中に協議会を立ち上げ、合併特例法の期限内の合併を、ぜひ実現してもらいたい。

市長

秋ごろまでに合併の枠組み的なものを決め、その後協議会を設立し、事務・事業の調整をしていく。市民の皆さんにも大いに議論していただきたい。

その他のご意見を紹介

- ・上田市よりも周辺町村のほうに特色もあり元気がある。もっと頑張らなくては。
- ・周辺町村には、いろいろな意見があるようだが、うまくまとめて欲しい。
- ・真田氏の知名度を生かしてほしい。
- ・各自自治体の特色を埋没させない合併を望む。
- ・上田市は真田町の水をいただき生活している。ぜひ真田町にアプローチしてもらいたい。
- ・国や地方自治体の厳しい財政状況を考えれば、合併は当然必要である。
- ・もう少し小規模の集会を開催してもらいたい。
- ・合併のメリットは、子や孫の時代にあると思う。

と
思う。
市町村合
併は、地
方分権の
受け皿づ
くり、活
力と魅力
をそなえ
まちづく
りへの一
つの有効
な手段で
あり、各
自治体の
資源を組
み合わせ
補完し合
うことよ
って地域
全体が発
展してい
くと考え
る。

上田地域
広域連合
を構成す
る9市町
村での合
併を目指
している
。関係市
町村長と
の話し合
いを終え
、考えは
さまざま
であるこ
と感じて
いる。

5月の組
織改正で
合併推進
室を新設
した。今
後、取組
をいっ
そう積極
的に進め
ていく。



今後の地区懇談会日程表

| とき | ところ | 対象地区 |
|--------------|------------|---------|
| 7月9日 (火) | 西塩田会館 | 西塩田 |
| 7月11日 (水) | 川西公民館 | 川西 |
| 7月16日 (火) | 相染閣 | 別所温泉 |
| 7月18日 (木) | 東塩田児童センター | 富士山・東塩田 |
| 7月24日 (水) | 神川地区公民館 | 神川 |
| 7月25日 (木) | 農村環境改善センター | 豊殿 |
| 7月30日 (火) | 塩田公民館 | 中塩田 |
| 7月31日 (水) | 城南公民館 | 城下 |

※対象地区以外のかたでも自由に参加できます。

ご意見・ご提言は、
合併推進室 ☎21・0123（直通）か
☎22・4100 ☎1207・1208 / ☎25・4100
/ E-mail : gappei@city.ueda.nagano.jpへ

ご利用ください

市町村合併に関する出前講座

合併推進室では、これからのまちづくりを考える上で重要な課題である合併問題について、団体・集会等へ出向いて説明を行う出前講座を、随時受け付けています。お気軽にお申し込みください。

また、合併に関するご意見・ご提言もお寄せください。

講座の申し込み、ご意見・ご提言は下記まで

●合併推進室 ☎21・0123 (直通) または☎22・4100☎1207・1208/☎25・4100/

E-mail gappei@city.ueda.nagano.jp

催し

夏休み野外教室
 水生生物をつかまえて
 川のようにすを調べよう!

上野が丘公民館(☎24・06659)
 城南公民館(☎27・7618)
 塩田公民館(☎38・6883)

神川や産川に住んでいる水生生物を観察して、川がきれいなのか汚れているのかを調べてみましょう。

■上野が丘公民館会場

▽とき 7月30日(火)午前8時50分〜午後3時30分(上野が丘公民館に午前8時50分までに集合)
 ▽対象 小学4年生〜6年生 ▽定員 先着20名 ▽申し込み 7月19日(金)までに上野が丘公民館へ ▽その他 昼食を持参してください。保護者の参加もできます

■城南・塩田公民館会場

▽とき 8月2日(金)午前9時〜午後3時30分(城南公民館は

市役所代表電話
 ☎22・4100
 FAX25・4100



午前8時30分までに集合、塩田公民館は午前8時45分までに集合)
 ▽対象 小学4年生〜中学3年生 ▽定員 先着30名
 ▽申し込み 7月19日(金)までに、城南公民館または塩田公民館へ
 ▽その他 昼食を持参してください。保護者の参加もできます

小学生のみんな

こどもごみ探偵団に集まれ!

廃棄物対策課(☎22・0666)

ごみはどこへ行くのでしょうか。どうしたら減らせるのでしょうか。そんなハテナ?を夏休みの自由研究にしてみませんか。詳しくは、廃棄物対策課までお問い合わせください。

▽とき 7月29日(月)午前8時50分〜午後3時30分 ▽対象 小学4年生〜6年生(保護者同伴可) ▽定員 40名(申し込み多数の場合は抽選) ▽内容 下室賀最終処分場の見学、ごみ拾い、分別ゲームなど ▽申し込み 7月16日(火)までに廃棄物対策課へ

市民の祭り

第31回



参加連を募集中!

市民の夏祭り第31回「上田わっしょい」が、7月27日(土)の夜開催されます。この第31回「上田わっしょい」に参加する「連」を募集しています。

おおぜいの皆さんの参加をお待ちしています。

■申し込み

7月10日(水)までに上田わっしょい実行委員会事務局(観光課内☎23・5408)へ



かしい消費者になる
 第2回「消費生活教室」へ

生活環境課(☎23・5120)

▽とき 7月15日(月)午後1時30分〜3時30分 ▽ところ 中央公民館 ▽内容 講演「健康食品をめぐる諸問題」(講師:前上田薬剤師会会長・牧幸男さん) ▽参加料 無料 ▽申し込み 7月10日(水)までに生活環境課へ

市町村合併の視点から
 地域づくりを考える研修会

上田地域広域連合(☎23・2130)

▽とき 7月25日(木)午後6時〜8時30分 ▽ところ 丸子町文化会館(セレスホール) ▽内容 講演①「住民参加の市町村合併のあり方・進め方」(講師:更埴市戸倉町上山田町任意

合併協議会新市将来構想策定委員会委員長・内山二郎さん)。

講演②「輝く市町村合併の体験から、そして今を考える」(講師:岩手県北上市保健福祉部長・高屋敷克広さん)

障害をお持ちのかた

ピアカウンセリング集中講座へ

NPO法人わっこ自立福祉会事務局(☎27・3930)

障害者どうして悩みや心配事などをお互いに聞き合いながら、みんなで元気になりましょう。

▽とき 7月26日(金)〜同28日(日) ▽ところ ふれあい福祉センター ▽対象 自立生活をしている、または目指している障害者のかた ▽定員 10名 ▽参加料 3000円 ▽申し込み 7月10日(水)までにNPO法人わっこ自立福祉会事務局まで

「宝くじ助成金」で心肺蘇生訓練人形を購入

消防本部予防課
(☎26・0029)

財団法人日本消防協会で行っている、安全で災害に強い地域づくり推進事業から宝くじ助成金を受け、心肺蘇生訓練人形2体を購入しました。5月25日(土)に上田東北消防署で行われた応急手当講習会でも、早速活用されています。今後も、消防職員が講師となって、この訓練人形を応急手当講習会や啓発活動で有効利用していきます。また、消防団や女性消防隊でも団員等が応急手当指導員となって、この人形を活用しながら人命救助のための講習を行っていく予定です。

皆さんもいざという時のため、応急手当講習会で救命技術を身につけてみませんか。お問い合わせは、消防本部予防課または最寄りの消防署までどうぞ。▲応急手当講習会(上田東北消防署)



▲応急手当講習会(上田東北消防署)

▽応募様式 ポスターは、B3版の画用紙を使用。標語は、官製はがきに記入。▽応募方法 9月6日(金)までに、作品に住所・氏名・年齢・性別・職業または学校名を明記して、☎38018510長野市大字南長野

暴力追放運動ポスター・標語を募集しています

(財)長野県暴力追放県民センター
(☎026・2335・2140)

募集



施設を見る会へどうぞ

秘書課 (☎22・4100)1112)

今回は上水道と下水道の関連施設を半日で見学します。参加料は無料。皆さんのご参加、お待ちしております。

▷定員 30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 はがきかFAXに ①郵便番号 ②住所 ③氏名 ④電話番号 ⑤集合場所への交通手段を記入して7月17日(水) [必着] までに秘書課「施設を見る会」係(☎386-8601上田市大手1-11-16/☎23-5111)へ。グループでの申し込みは5名までとします。



8月7日(水)

<午前9時出発>

▼南部クリーンパーク(下水道関連施設)

▼浄水管理センター(上水道関連施設)

<正午解散>

自衛隊上田募集事務所(☎22・5267) 692-2(財)長野県暴力追放県民センターまで
防衛大学校等学生・自衛官採用試験
▽募集内容 ①防衛大学校学生 ②防衛医科大学校学生 ③看護学生 ④航空学生 ⑤一般曹候補学生 ⑥曹候補士 ⑦二等陸・海・空士(①~⑦の全区分で男女ともに募集)▽受付期限 ①②③:10月11日(金)、④⑤⑥⑦:9月6日(金)▽その他 受験料無料。特別職国家公務員。詳しくは、お問い合わせください

市民のみなさんどうぞよろしく

〜私たち派遣研修職員です〜

市では、今年度から上田地域広域連合や小県郡の町村と共同して、職員の派遣研修事業を始めました。この事業は上小地域の市町村の交流促進と、職員の能力向上を目的としています。現在、市役所の各職場に勤務している4名の職員を紹介します(派遣期間は1年間)。
なお、上田市からは真田町に1人、和田村に1人、青木村に2人の職員を派遣しています。



企画課 横関政史さん
(東部町から派遣)

東部町では住民税を担当していました。上田市では企画課で政策調整や地域づくり支援などの仕事をしています。1年間お世話になりますが、よろしくお願ひします。



福祉課 土屋 隆さん
(丸子町から派遣)

丸子町では、福祉業務を担当していました。上田市でも福祉課で、生活や福祉に関する相談を受けています。市民の皆さんのため精いっぱいがんばります。



収税課 三井 憲さん
(真田町から派遣)

真田町では、町民の健康推進の仕事をしていました。上田市では、市税の収納や納税相談などで市民の皆さんと接しています。上田の皆さんのため精いっぱいがんばります。



塩田中央保育園 橋詰照美さん
(青木村から派遣)

青木村と上田市の相互派遣研修事業で、青木村保育園から派遣になりました。塩田中央保育園で保育士として子どもたちの元気な成長のお手伝いをしたいと思います。

メディアランドUEDA 夏のイベント・催し



上田市マルチメディア情報センター
©SHOTARO ISHINOMORI

デジタル・イメージ上田展

～最新コンピューターアートの世界～

■とき〔ところ〕

7月19日(金)～8月11日(日)午前10時～午後5時〔メディアランドUEDA(水曜日は休館日。7月29日(月)は展示替えのため展示なし)〕、7月19日(金)～同27日(出)午前10時～午後5時〔松尾町アートギャラリー〕

■内容

デジタル・イメージ作家による最新CG作品の展示104点(メディアランドUEDA…84点、松尾町アートギャラリー…20点)、最新CG映像18点・デジタルイメージ作家のインタビュー映像(メディアランドUEDA)、Photoshop・Painterなどのグラフィックソフトの操作体験(松尾町アートギャラリー)

■入場料 無料

メディアランドキッズ・サマースクール2002

～夏休み自由研究～参加者募集!

今年の自由研究はメディアランドで!皆さんのご参加をお待ちしています。

■とき 8月2日(金)～同4日(日)の3日間(3日は泊り)

■ところ メディアランドUEDA(宿泊は上田市技術研修センター)

■対象 小学生高学年～中学生

■定員 16名

■参加料 1万円(宿泊費、昼食代などを含む)

■研究班

- (1)千曲川班…千曲川の河原を歩き、地形や生物を調査。ホームページ作成
- (2)デジタルアニメ制作班…Macのデジタル彩色でアニメ作り
- (3)森の図鑑班…森林インストラクターの指導で森の動植物を調査。
ホームページ作成
- (4)粘土アニメ班…粘土で作ったキャラクターをコマ撮り撮影して、
Flashアニメ作り
- (5)塩田平の歴史班…塩田平のお寺をまわって、歴史や民話などを調査。
ホームページ作成

■申し込み

7月21日(日)〔必着〕までに、「はがき」か「FAX」で、住所・氏名・性別・学校・学年・希望する班(第1・第2希望まで記入)・電話番号・保護者の名前と印鑑を押して、上田市マルチメディア情報センター「サマースクール係」まで

■その他

作品や成果はホームページ上で公開。また、学校の自由研究に役立つような資料(写真・メモ)を持ち帰れます。

メディアランドUEDAの各種講座・相談

■世界中の人へメッセージ/電子メール入門(Windows機)

▷とき 7月19日(金)午後1時30分～4時 ▷内容 電子メールの仕組みから基本的な操作活用方法までを学びます ▷対象 パソコン初心者 ▷定員 16名 ▷受講料 1500円

■特別グラフィックセミナーPhotoshopマスター講座(Macintosh機)

▷とき 7月20日(出)午後1時～4時30分 ▷内容 画像処理ソフトPhotoshopのさまざまな使い方を、作品を作りながら学びます ▷対象 パソコン経験者 ▷定員 16名 ▷受講料 3000円

■パソコン相談室(相談料無料)

▷とき 7月21日(日)午前10時～正午
▷定員 10名 ▷その他 事前に電話で申し込んでください

■問い合わせ・申し込み

上田市マルチメディア情報センター
〒386-1211 上田市大字下之郷812-1
☎39・1000/☎39・1010
URL <http://www.umic.ueda.nagano.jp/>

梅雨の時期を迎え、雨や出水

管理課(☎23・5125)
土木課(☎23・8242)

道路の穴・水路つまりを見つけたらすぐ連絡を!

お知らせ

による道路の破損、水路つまり等の被害が発生しやすくなります。特に水路つまりは、刈り取られた草や投げ捨てられた空き缶・ゴミが原因となっていて、水路が多く見受けられます。水路つまりを防ぐため、ゴミの投げ捨てはやめましょう。
道路上の穴や危険な箇所・水路つまり等を発見した時は、管理課か土木課までご連絡を。

券1000円(11枚綴り)

▽営業期間 7月13日(出)～10月20日(日)の土曜日・日曜日・祝日
午前9時～午後4時(7月27日(出)～8月18日(日)は平日も営業)
▽料金 1周1000円、回数

市民の森ゴーカート場
7月13日リニューアルオープン
ゴーカート場(☎27・9396)
市民の森管理事務所(☎23・0363)

9日(金)

この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよい街づくりに使われます。お買い求めは市内の宝くじ売り場へ。
▽発売期間 7月22日(月)～8月

平成14年度市町村振興宝くじ
(サマージャンボ)発売
長野県市町村振興協会
(☎026・234・3611)

各ホール イベント案内

(主催者の都合により変更する場合があります)

変形性股関節症でお悩みのかたへ

のぞみ会長野県支部・内田 (☎0263・72・0595)

のぞみ会(変形性股関節症友の会)では、県内にお住まいの膝痛や股関節痛に悩むかたを対象にした講演会と、患者さんどうしの情報交換会を行います。

▷とき 7月7日(日)午前10時～午後3時 ▷ところ 松本市総合社会福祉センター ▷内容 情報交換会・医療講演会(信州大学名誉教授・寺山和雄さんによる股関節痛などの図解説明)

▷参加料 500円 ▷問い合わせ 午後8時以降に、のぞみ会・内田まで

7月1日から上信越自動車道の上田菅平・佐久・軽井沢インターの料金所と東部湯の丸・横川サービスエリアに、高速道路を利用する皆さんが、地元の情報を検索できる専用パソコンを設置しました。

ご自分のお店の商品PRをしたいかた、農産物・特産品の紹介やイベント案内などを行いたいかた、ぜひご利用ください。情報の掲載を希望するかたは、A4版縦型1枚に作成した原稿(写真や地図も掲載できます)を、日本道路公団佐久管理事務

日本道路公団佐久管理事務所
(☎0267・68・8861)

サービスエリア・料金所でお店や特産品のPRをしよう!

上田市民会館

■二の丸1-2 ☎22・0762

| 月日 | 催し | 開演時間 | 入場 | 問い合わせ |
|---------|----------------|----------------|----|----------------------|
| 7/13(土) | ふれあいコンサート | 14:00 | 無料 | 上田市防衛協会(☎22・4500) |
| 7/17(水) | 天童よしみコンサート | 14:00 18:30 | 有料 | 民主音楽協会(☎26・222・3224) |
| 7/30(火) | 新世紀スーパー雑技ムービング | 18:30 | 有料 | 上田日中友好協会(☎23・1111) |

上田市文化会館

■材木町1-2-3 ☎22・0760

| 月日 | 催し | 開演時間 | 入場 | 問い合わせ |
|---------|---------------------|----------------|----|--------------------|
| 7/13(土) | うえた男女共同参画フォーラム | 13:00 | 無料 | 男女共同参画課(☎23・5245) |
| 7/14(日) | 映画「ホーム・スイートホーム」上映会 | 13:30 16:30 | 有料 | 生涯学習課(☎23・5104) |
| 7/20(土) | 西沢真理子ピアノリサイタル | 19:00 | 有料 | コーラスこぶし(☎22・1172) |
| 7/28(日) | 第15回上田平和音楽祭 | 14:00 | 有料 | 上田平和音楽祭(☎24・0352) |
| 7/31(水) | サンビアンミュージックフェスタ2002 | 9:30 | 無料 | サンビアン上田店(☎22・7748) |

所までお送りください。なお、専用パソコンの情報は2〜3か月に1回更新されます。

詳しくは、日本道路公団佐久管理事務所までお問い合わせを。

自動車事故対策センター長野支所(☎0266・226・1000)

自動車事故対策センター長野支所では、小さなお子さんを残して親が亡くなってしまった場合や、事故が原因で寝たきりになってしまった場合などに、被害に遭った家庭のかたを支援する活動を行っています。

■交通遺児等育成資金貸付制度
自動車事故が原因で親が亡くなったたり、親が重度の後遺障害で働けなくなった家庭の中学生以下のお子さんを対象に、国が無利子で育成資金をお貸しする制度です。

▽貸付内容 一時金・小中学校入学支度金・毎月の生活資金
▽返済方法 最終学校を卒業後20年以内

■介護料の支給制度
自動車事故により頭や脊髄等に重い傷害を受け、後遺障害等級が「1級3号・4号(常時要介護者)」「2級3号・4号(随時要介護者)」の認定を受ける

交通事故被害者の皆さんを支援します

新しい下水道指定工事店を指定

排水設備工事および給水装置工事は、市で指定した業者でないと施工できません。指定業者は市への申請手続き・工事等をいっさい代行しますので、工事の申し込みは指定業者へ直接依頼してください。

■新たに指定した下水道指定工事店

| 工事店名 | 営業所所在地 | 電話番号 |
|---------|------------------|---------|
| (有)長門興業 | 小県郡長門町大字長久保473-1 | 68・2517 |
| I K 企画 | 上田市大字上田原1811-5 | 27・4661 |
| (有)丸子設備 | 小県郡丸子町大字長瀬1377-2 | 42・5841 |
| 信越住研(有) | 上田市大字本郷929-7 | 38・0039 |
| (有)甲田電設 | 上田市大字本郷163-1 | 38・2839 |

■新たに指定した指定給水装置工事業者

| 工事業者名 | 営業所所在地 | 電話番号 |
|---------|-------------------|---------|
| (有)長門興業 | 小県郡長門町大字長久保473-1 | 68・2517 |
| (有)丸子設備 | 小県郡丸子町大字長瀬1377-2 | 42・5841 |
| (有)甲田電設 | 上田市大字本郷163-1 | 38・2839 |
| (有)笠井建設 | 埴科郡坂城町大字坂城6048-3 | 82・3293 |
| 山城工務店 | 埴科郡坂城町大字上五明1020-2 | 82・4866 |

※今回掲載したのは新規に指定された業者です。すべての指定業者名をお知りになりたい場合は、上下水道局営業課給排水係(☎22・4100☎1532・1536)までお問い合わせください。

祇園祭の交通規制

7月20日(土)の夜 18:00~21:30



7月20日(土)・同21日(日)に「祇園祭」が行われます。市民の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

▽問い合わせ 上田市自治会連合会事務局(☎22・4100☎1359)

| 祇園祭交通規制 | |
|---------|-----|
| 規制区間 | |
| ★ | トイレ |

カメラスケッチ



★★★

染屋台段一丘をウォーキング



6月2日(日)、青空の下、今回で7回目となる「上田の景観80選」を巡るウォーキングが、約40人の参加のもと行われました。途中、機械力が入らない原風景の話、自然探訪の会や東小学校児童の取組、敷地の緑化について講師のお話を聞きながら、中央公民館から染屋台段丘のグリーンベルトを巡り、信濃国分寺史跡公園まで散策しました。

★★★

★★★

ブラジルってどんな国？



6月15日(土)、市民プラザ・ゆうで海外事情講演会が行われました。市内に多く在住するブラジル人の母国に滞在した経験をお持ちの信州大学教授・渋谷泰一さんが「ブラジル、見たまま」と題して講演。ブラジルは自然環境に恵まれ農業にとっても適している、人種の差別がなくみんなおおらか、など興味深いお話がありました。

★★★

市営上田駅前駐車場 駐車サービス券が使用可能に

管理課(☎23・5129)

6月6日(木)から市営上田駅前・城口・温泉口自動車駐車場、上田市共通駐車券(サービス券)の使用ができるようになりました。

等の重度の後遺障害者を抱える家族を対象に国が介護料を支給します。支給額等、詳しくは自動車事故対策センター長野支所までお問い合わせください。

身近な情報をあなたに テレビ広報「サンデーうた」

秘書課(☎22・3435)

毎週日曜日、1チャンネル(U・C・V・上田ケーブルビジョン)で、市内で行われたイベントリポートや今後のイベント予定、市からのお知らせなどをお伝えしています。

見て得する30分。ぜひご覧ください。

■放映時間(30分番組)

毎週日曜日の、午前6時・9時・正午・午後3時・7時・10時から、1日6回放映

■「サンデーうた」を再放送

「サンデーうた」を、更に皆さんに親しんでいただけるよう、毎水曜日に再放送しています。

なお、ご意見・ご提言は、秘書課(☎22・4100) FAX 1115 / ☎23・51111・E-mail: hishoka@city.ueda.nagano.jp) までお寄せください。

寄附御礼

次の皆様から温かいご寄附をいただきました。

▽匿名/現金30000円/高齢者介護のために

▽塩尻小学校昭和28年度卒業生有志様/書籍48巻(7万2000円相当)/塩尻小学校へ

▽国際ソロプチミスト上田様/児童用図書(20万円相当)/

▽神科第二・城下・川辺・塩田中央保育園へ

▽いけばな未生流中山文甫会様/現金10万円/点字図書館整備資金として

▽長谷川たき様(諏訪市)/現金10000万円/社会福祉基金として

▽全労済上田支所様/現金30万円/商工振興のため

▽コメリ真田店様/プリンター・苗(3万円相当)/神科第二保育園へ

▽児玉和衛様(西前山)/植木151本/塩田西農村公園の植栽に

▽「新上田駅をつくる地域住民の会」会長志摩修吾様/小切手(529万3608円)/

上田駅お城口地区市街地再開発事業資金として

(平成14年6月5日現在)

健康を守るわたしたちの国民健康保険（国保）

国民健康保険税（国保税）はこうして計算されています

国民健康保険税のしくみ

- ▷納税義務者は国保に加入している世帯主です。ただし、国保に加入していない世帯主でも、世帯内に国保加入者がいる世帯主は納税義務者となります（このかたを、擬制世帯主といいます）。また、国保制度上の世帯主を擬制世帯主から国保の加入者に変更することができる場合もあります。詳しくは、お問い合わせください。
- ▷国保税の納期は、7月（第1期）から翌年3月（第9期）までの9回です。

国保税の納税通知書・納付書は、7月中旬に世帯主あてに送付します。

納期月の末日（12月は25日）が納期限となりますので、期限内に納付してください。

- ▷国保税は、所得や資産等その人の負担能力に応じた負担部分（所得割・資産割）と、被保険者1人および1世帯当たり在一定額という負担部分（均等割・平等割）とを、医療保険分と介護保険分それぞれに算出し、その合計額が税額になります。

国民健康保険税の計算方法

| 区分 | 課税額算出方法 | 医療保険分 税率等(C) | 介護保険分 税率等(D) | 各区分の 税額 |
|-----|--|-----------------|-----------------|----------------------------|
| 所得割 | 給与所得者は 13年中の収入金額 - 給与所得控除 - 給与特別控除（2万円） = 給与所得 給与所得 - 基礎控除（33万円）…(A) | 6.8% | 1.1% | (A)×(C)…(1) (A)×(D)…(5) |
| | 給与所得以外の所得者は 13年中の収入金額 - 必要経費（青色専従者給与額および事業専従者控除額を除く） = 所得 所得 - 基礎控除（33万円）…(A) | | | |
| | 公的年金等の収入のあるかたは 13年中の収入金額 - 公的年金等控除額 = 所得 所得 - 基礎控除（33万円）…(A) ※ただし、昭和12年1月1日以前に生まれたかたは、所得から更に最高で17万円の控除があります。 | | | |
| | その他 ・土地建物等の譲渡所得については、国保税は特別控除前の額に税率を乗じて計算します。 ・免税所得（肉牛所得など）にも課税されます。 ・扶養控除などの所得控除はありません。 ・商品先物取引（雑所得等）は課税されます。 | | | |
| 資産割 | 平成14年度固定資産税額のうち、土地・家屋にかかる部分の額…(B) ※相続登記が完了していない固定資産については、納税管理人に含めてあります。 ※共有している固定資産については、共有人数であん分して計算されます。 | 23.0% | 2.0% | (B)×(C)…(2) (B)×(D)…(6) |
| 均等割 | 被保険者1人当たり（年額） | 18,000円 | 4,000円 | (C)…(3) (D)…(7) |
| 平等割 | 1世帯当たり（年額） | 18,000円 | 4,000円 | (C)…(4) (D)…(8) |

したがって、国民健康保険税は、1年間の医療保険分 [(1) + (2) + (3) + (4)]（限度額53万円） + 1年間の介護保険分 [(5) + (6) + (7) + (8)]（限度額7万円）となります。

国民健康保険税の減額

所得申告が済んでいる世帯で一定の所得額以下の場合、軽減制度が適用され、次のとおり軽減されます。

| 軽減の種類 | 軽減の条件 | 軽減額 |
|-------|--|---------------------------------|
| 6割軽減 | 世帯主および国保加入者の所得合計額が33万円以下 | 均等割（1人当たり） 10,800円 [2,400円] |
| | | 平等割（1世帯当たり） 10,800円 [2,400円] |
| 4割軽減 | 世帯主および国保加入者の所得合計額が [33万円 + (24万5千円 × 世帯主以外の国保加入者数)] 以下 | 均等割（1人当たり） 7,200円 [1,600円] |
| | | 平等割（1世帯当たり） 7,200円 [1,600円] |

※ []内は、介護保険分

▷昭和12年1月1日以前に生まれたかたの公的年金の所得からは、更に15万円を控除した額で判定します。

▷国保に加入していない世帯主も、減額認定の対象として計算されます。

◆問い合わせ

国保税のことでわからないことは、お気軽に国保年金課（☎23・5118）までお尋ねください。

保健ガイド

■「痴ほう」についての相談会

「痴ほう」のかたの介護方法等でお悩みの介護者のかた、お気軽にご相談ください。

▷とき 7月17日(水)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 ▷定員 若干名
▷相談担当 堀内静子さん(グループホーム「せせらぎ」・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病棟副部長) ▷申し込み 電話で予約を ▷問い合わせ 高齢者介護課(☎22-4100 1616)

■平成14年度介護保険料の納付が始まります

口座振替や納付書で介護保険料を納めるかたの納期が、7月から始まります。

保険料の額は、本人や世帯の市町村民税の課税状況や所得などにより、下表のとおり5段階に設定し、所得の低いかたに配慮したしくみになっています。

介護保険は、40歳以上のかたの保険料と公費で支えられており、保険料は介護サービスを提供するために欠かせない財源です。

口座振替や納付書で保険料を納めるかたは、7月から来年3月までの9回の納期になります。納め忘れないよう、納期限までに納付してください。

なお、年金から天引きで保険料を納めるかたは、すでに4月から平成14年度分を納めていただいています。10月以降の保険料の額などについては9月にお知らせします。

▷問い合わせ 高齢者介護課(☎23-6246)

■平成14年度介護保険料(年額)

| 区分 | 保険料 | 保険料割合 |
|---|---------|----------|
| 1 ・生活保護を受けているかた ・高齢福祉年金を受けているかたで、世帯全員が市町村民税非課税のかた | 14,100円 | 基準額×0.5 |
| 2 ・世帯全員が市町村民税非課税のかた | 21,200円 | 基準額×0.75 |
| 3 ・本人が市町村民税非課税のかた | 28,300円 | 基準額 |
| 4 ・本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が250万円未満のかた | 35,300円 | 基準額×1.25 |
| 5 ・本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が250万円以上のかた | 42,400円 | 基準額×1.5 |

※基準額は、28,300円です。

女性のための総合相談窓口

悩んだり困っていることがありましたら、どんなことでもお気軽にご相談ください。

▷相談日時 月～土曜日午前9時～午後9時(土曜日は午後5時まで) ▷問い合わせ 市民プラザ・ゆう(☎27-2988)

7月から専任相談員を配置しました

今まで以上に皆さんのお役にたてるよう、専門相談員を配置しました。なお、電話でのご相談にも応じます。

詳しくは、お問い合わせください。

▷相談日時 毎週火・木曜日午後2時～9時(受け付けは午後8時まで)。第2・4土曜日午前10時～午後5時(受け付けは午後4時まで) ▷相談専用電話 ☎27-3123

■精神保健家族教室

ストレスや人間関係などにより、「こころの病気」になることがあります。そんな時、家族はどのように接したらよいのでしょうか。

そこで、こころの病気についてより知っていただくための教室を、下表のとおり開催します。

ご家族のかた、ぜひご参加ください。

▷申し込み 7月17日(水)までに、上田保健所保健予防課(☎25-7149)へ

■精神保健家族教室の日程

| 回 | とき | 内容 | ところ |
|---|---------------------------|--------------------------------------|-------------------|
| 1 | 7月31日(水) 午後1時30分～3時30分 | 講話「こころの病と医療」 (国立小諸療養所医師・喜多等さん) | 上田保健所 (合同庁舎2階) |
| 2 | 8月21日(水) 午後1時30分～3時30分 | 講話「社会復帰とは」 (千曲荘病院ケースワーカー・福田隆さん) | |
| 3 | 9月18日(水) 午後1時30分～3時30分 | 講話「家族としての役割」 (滝沢病院ケースワーカー・丸山良治さん) | |

■在宅の寝たきりのかた等に対する結核レントゲン検診

結核レントゲン検診を受けることが困難な、在宅の寝たきりのかたや、寝たきりの身体障害者などの皆さんを対象に検診を行います。

▷実施予定期間 9月から11月までの市が指定した日 ▷検査内容 エックス線直接撮影と喀痰検査(医師が必要と認めた場合) ▷検査方法 上田保健所の診療放射線技師が、希望者のお宅を訪問しポータブル撮影機で検査します ▷検査料 無料 ▷申し込み 必ず主治医の了解を得て、喀痰検査の必要性を確認のうえ、7月15日(月)までに健康推進課までお申し込みください。検査日等については、決定しだい連絡します

▷問い合わせ 健康推進課(☎23-8244)