

うねだ

P U B L I C A T I O N S V U E D A

平成15年
[2003]
No.1372

8.1

- 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 (7月1日現在)

人口	121,847人(-26)
男	59,815人(-9)
女	62,032人(-17)
世帯	45,935戸(+24)
外国人登録者数	4,607人(+17)
男	2,285人(+17)
女	2,322人(0)

※()内は、前月に対する増減数値



7月5日は、上田創造館で中学生「議員」が出席して「こども議会」(こども議会実行委員会主催)が開かれました。この写真は、議会終了後の芝生広場での様子。そこには「やり遂げたぞ!」というすかすかしい笑顔がありました。

◆特集 **こども議会**
～聞いて私たちの思いを!教えて大人たちの考えを!～
◆インタビュー こども議会の仕掛け人に聞く



おとなの皆さん、

私たちの思いを聞いてください

私たちは今年の春から、上田青年会議所の青少年リーダー育成プログラムに参加して、いろんな活動をしてきました。その中で、私たちの生活しているまちのことを、大人に質問してみようという話になったので、「こども議会」を開くための準備をしてきました。

今日は上田市のほかに、丸子町・東部町・真田町の友だちも質問をします。

特集 こども 議会

暴走族(騒音)について 少年非行について



こまつひろき
小松洋輝議員
(丸子北中学校2年生)

Q 夜、家で寝ようとしている時、勉強したり歩いている時、改造したバイクがうるさい音を立てて行き来するので、恐いし迷惑です。安眠妨害だし、気が散って勉強できません。何か対策を考えてください。それから、上田駅前やコンビニなどに集まっている不良を何とかしてほしいです。



おやまだひでし
小山田秀士
丸子町助役

A 防犯協会や交通安全協会、警察と協力して、車やバイクで暴走したり、コンビニなどにたむろして迷惑をかける若者に、街頭指導することを考えています。この問題は地域全体で考えることが大切です。学校の中でも生徒会などで考えてもらえたらと思います。



もりやまと
森大和
上田市教育長

A 警察でもいろんな取組みをしてくれています。非番の警察官や地域の皆さんが、上田駅前や少年に声をかけるなどしています。でも、まだまだ改善しなければなりません。

相談場所について



まきうちかなえ
牧内香苗議員
(真田中学校2年生)

Q 私たちも田ごらの生活の中で、不満やストレスがたまります。この気持ちを誰かに聞いてほしい、分かってほしいのです。真田中学校には今、相談室や相談の時間というのがあります。でも、

ばいけなことはたくさんありますので、皆さんの声を警察に伝えたいと思います。また、大人の皆さんとも安心・安全なまちづくりをしたいと思っています。皆さんもどうすれば非行が減るか、いっしょに考えましょう。



おおつか 賢
真田町教育長

A 皆さんは、いろいろな悩みを抱えていると思います。そ

相談室には先生がいるので少し行きづらいのです。相談や不満などを打ち明ければ、親身になって話を聞いて、分かってもらえる人いる場所を作れないのですか？

◆こども議会に出席した中学生議員のみんな

あかあ 赤尾 議員(第四中学校)	たつあ 竜男 議員(第五中学校)	たまざわ 友彦 議員(第一中学校)
あさの 浅野 議員(第五中学校)	まじ 麻惟 議員(第五中学校)	ちやう 張 リハン 議員(第四中学校)
あけみ 美和 議員(第五中学校)	あけみ 明美 議員(第五中学校)	つげ 祐植 議員(第六中学校)
くらしま 倉島 議員(第五中学校)	あけみ 寛幸 議員(第五中学校)	にいづ 新津 将幸 議員(第五中学校)
かみ 古金 議員(第五中学校)	こまつ 洋輝 議員(丸子北中学校)	ば 馬場 創太郎 議員(東部中学校)
こまつ 小松 議員(第五中学校)	たけふ 卓弥 議員(第五中学校)	ひがしやま 恵太 議員(第五中学校)
こまつ 財津 議員(第五中学校)	あけみ 千愛 議員(第五中学校)	まきうち 香苗 議員(真田中学校)
しん 斎藤 議員(第二中学校)	あけみ 恵介 議員(第二中学校)	まつもと 亜美 議員(第五中学校)
しん 篠原 議員(第五中学校)	あけみ 香里 議員(第五中学校)	まつもと 宏尚 議員(第五中学校)
しみず 清水 議員(第一中学校)	あけみ 白井ひとみ 議員(第一中学校)	まるやま 友博 議員(第五中学校)
		ろく 直樹 議員(第五中学校)

んな悩みを聞いてくれるのが、先生だったり、お父さんやお母さん、友達だと思えますが、そうした人に聞いてもらえる悩みでないときもあるんですね？ 中学には相談場所がありますが、それがどうもというときは、町の児童館に相談する場所があります。その先生は、いろいろな悩みを聞いて相談に乗って手を打ってくれます。その先生は真田町の方ではないんです。どうしても、町の中の人だと自分の家のことが分かってしまうので、町外の方にお話ししています。だから何でも話せるんです。この先生がいるので、もっとみんなが気軽に相談できるようにしたいと思っています。

市町村合併について



議員 張リハン
(第四中学校 2年生)

Q 近ごろ、上田市と真田町、丸子町、武石村で合併すると聞きました。でも、合併と聞いても何がどうなるのかわかりません。合併のメリットやデメリットはあるのでしょうか？ もっと具体的な情報がほしいです。

そこで提案ですが、「合併だより」を学校に配ってみてはどうでしょうか？ 小中学生も合併について関心を持ってくれると思います。また、合併協議会は何をしているのか教えてください。



母袋創一
上田市長

A 市町村の役場は、皆さんのいちばん身近なところで、お父さんお母さんが納める税金で、学校や皆さんの生活が良くなるように仕事をしています。でも、最近経済状況も厳しく、一方で、子どもの数が少なくなっています。ということは、将来働く人が少な

くなるので、国や市町村の収入が減ります。そのため、皆さんの生活を守るよう、より少ない税金で仕事をするため、いろいろな制度を見直しています。

そのひとつとして、別々の市町村がやっている仕事を、そのまちが元気なうちに一つ(合併)になって、皆さんの生活を守っていくことが合併の大きな目的になっています。

今、上田市・丸子町・真田町・武石村で合併した場合に何ができるのか、どんなまちになるのかを研究しています。それを話し合っているのが、任意合併協議会です。

お互いのまちのいろんな施設を使えるようになることなどは、合併のメリットでしょう。一方で、みんなの声が新しい市に届かなくなるんじゃないかという心配が、デメリットだと思います。その心配に添えるため、地域の皆さんの声が届くようなくみを考えています。

「合併だより」は、小中高生に分かりやすいものを作って、学校に配ることを考えたいと思います。秋ごろに、それぞれの市町村で皆さんに合併について説明会を開いて、意見をいただく予定です。皆さんの意見を、先生や役場にぜひとも寄せてください。

自然環境について



議員 滝澤友彦
(第一中学校 2年生)

Q 上田市全体の緑を増やしたり、ポイ捨てされたごみを減らすことが大切だと思います。一年に一度、市民全員でごみ拾いを一日中するというのはどうでしょうか？

A 母袋創一 上田市長
上田市は豊かな自然に囲まれているけれど、市街地は緑



議員 馬場創太郎
(東部中学校 2年生)

完全学校週五日制と中学生の学力低下について

たらいいと思います。また、土曜日以外の平日の放課後も図書館を開放して、勉強できるようにすればいいと思います。何か対策は考えていますか？



豊春
副市長
東部町助役

A 自然とのふれあいやボランティア活動などの体験を通して、自分で考えること、人間性や

がまだ少ないと思います。上田駅前開発では、どんな緑や花を植えるたらいいかを考えながら進めます。また、上田城跡公園のやぐら下や、駅前中央通りにも街路樹を植えて緑を増やしました。みんなが緑を増やす運動に参加することが大切です。

上田市では、ごみゼロ運動や河川敷清掃・千曲川の美化活動を、たくさんの方の市民の皆さんとしていきます。ごみゼロ運動で集まったごみは、空き缶が2万8千本、ごみは10トンもありました。どんな小さなごみも、ポイ捨てしないで持ち帰る、このことをわかってもらうことが大切です。

森 大和 上田市教育長

善悪の判断を身につけるなどの「生きる力」を育てるために、週五日制ができました。学ぶ場所は、学校だけでなく、家や社会の中にもあります。いろいろな経験をして力強い人間になってほしいです。学力低下のことですが、学校では社会体験や観察・実験などを通じて、自分で問題を解決する学習をして、今まで以上に幅広い勉強ができるようにしています。

A 長い人生では、自分で判断しなければいけないことがたくさんあります。そのためには、判断する力をつけることが大切です。週五日制では、いろいろな体験を通して、そうした生きる力を身につけてほしいと思っています。

このあと開いたまちづくり討論会でも、私たちはたくさん質問しました。質問は、福祉・ごみ問題・景観・美化運動・排気ガス規制・リサイクル・通学路への街灯設置・年金問題・商工業振興・高校入試などです。

ほんとは、まだいっぱい質問したいことがありました。私たちの考えを、大人に伝えることができてうれしかったです。

Interview こども議会の 仕掛け人に聞く

こども議会実行委員会が開催した今回の中学生版「議会」。この企画の中心メンバーを務めた上田青年会議所の皆さんに、その思いを伺ってみました。



金子和夫さん
こども議会実行委員会委員長
(上田青年会議所理事長)

吉沢 市の教育委員会がまとめた学校週五日制についてのアンケート調査結果を読んでみたら、休みの日の中高生の社会参加が非常に少なかった。学校や家庭などの狭い世界にはかり閉じこもってしまっている。そこで中学生を対象に何か取り組んでみようと考えました。

田辺 青年会議所は子どもたちの教育について、学校みだいにプロではないから、何を子どもたちに伝えられるんだろうと考えました。私たちのメンバーには、会社の上役をやったり、家庭では家族をリードしている人が多いので、子どもたちに教えられ

吉沢 リーダーシップを培うことは学校週五日制が目標としている「生きる力」にもつながりますからね。

田辺 今は昔みたいに「おい、野球やるぞ」とか「裏山に行くぞ」なんてリードする人間がいなくなっている。でも、本当はいくらゲームがはやっている、誰かが学校でそういうふうによえば、みんな集まるんですよ。だから、

地域の中でそういう子どもを育てていたらいいなと思っていました。

金子 「言い出しつべ」というリーダーシップを持つ子どもが、地域の中でコミュニケーションを図ることで、周りの大人も動かされる。そうやって地域間のつながりも生まれてくると思うんです。

田辺 そこから、地域全体で子どもを育てるという意識も生まれてくる。昔はいたずらをしていると、「おまえどこのうちの子とまあ、」なんて怒ってくれる近所のカミナリおやじがいて、そういう人たちが地域で子どもをいっしょに育てようというところがありました。今はコンピニに座ってまんがを読んでいる子どもを、大人はなかなか注意できない。30、50代の人が見て見ぬふりをしている。

足立 私たちも、中学生は難しい年ごろだと思って、接することを避けていた。でも、今回のこども議会までの一連の取組みの中で、中学生がどんな悩みを持っている、どんな生き方をしているのか？学校の先生や親のわから



吉沢哲夫さん
こども議会実行委員会副委員長
(上田青年会議所副理事長)



田辺寛樹さん
上田青年会議所
青少年開発委員会委員長

ないことでも、他人の私たちがストリートにぶつかっていくことで、いろんな事を大人の私たちが自身が得ることができた。そこでは「子どもたちってすごいな」と思うこともありました。子どももかっこつけない、おとなも大人ぶらない、子どもたちの目線で対等にできたというのがよかった。

金子 子どもたちも「こども議会」という経験を通して、大人に対する感覚や見方も変わってくるんじゃないかと思う。子ども向けの合併協議会だよりの質問に対して、市長も前向きな答弁をしました。このことから「自分たちもやればできるんだ」ということを味わってもらえたらいいなと思います。

田辺 こども議会を開こうと強く思ったのは、今年3月の青少年リーダー育成講座で、わしは山荘（市民の森に泊り込んだときです。夜、次の日の日程を、子どもたちに説明したんです。明日はみんなでまちづくりを考えよう。すると、子どもたちは「まちづくりの話をしたって、大人たちは何も聞いてくれない

じゃないか」って言うんです。そこで、今度絶対そういう場を作るからと約束したんです。それから、必ずこども議会を開こうと決めましたね。

足立 こども議会の当日は、朝から子どもという打ち合わせしたんです。でも、実際は子どもたちが盛り上がり、討論では予定していない子どもがさっと手を挙げるんです。あれは良かった。子どもも大人もお互いに刺激されたんじゃないですか？

田辺 子どもは「理想のまちって何だ？」って何か書けて言ったら、「理想のまちにするにはどうしたらいいんだ？」と聞くと、モノでほしいといったことが全くなくなる。もっと精神的なものとか、社会システム全体とか、そういうものに根源的な問題があるんだと、今回の経験を通して気づいたようです。

金子 これを機会に、子どもたち自身、他の人や地域に関心を持ってもらうことができればいいと思います。



足立 誠さん
上田青年会議所
青少年開発委員会副委員長

上田の子どもたち遊びにおいで!

～姉妹都市・新潟県上越市からのおくりもの～

いよいよ夏休みが始まりました。海水浴に出かける皆さんもたくさんいることでしょう。海水浴といえば、上田からいちばん近いのは上越の海。その上越市から、市内の小中学生・保育園児・幼稚園児全員にと、上越市立水族博物館と上越科学館の無料招待券をいただきました。みんなの手元にも届いているかな? 海水浴に出かけたら、立ち寄ってみましょう。きっとわくわくする体験ができますよ。楽しい夏の思い出を上越でつくろう!



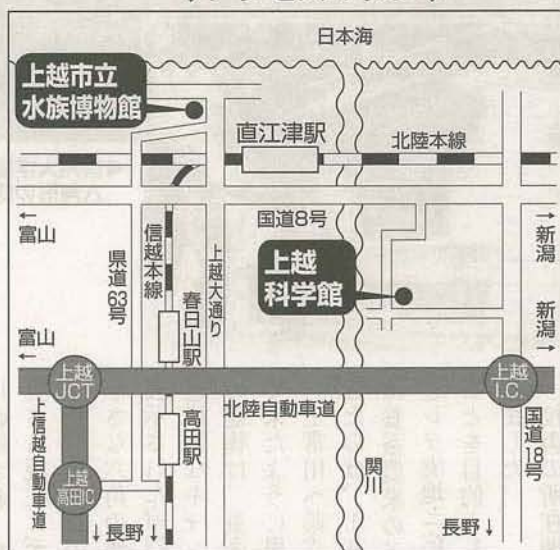
開館時間 9:00～16:30
〔8月は無休〕

上越市立水族博物館
(☎025・543・2449)



夏休み期間中の開館時間
9:00～18:00(～8/24)
〔8月は無休〕
イルカショーも開催中(～8/24)

◆アクセスマップ◆



いざ上田のまちを歩いてみると、文化の香りが膚で感じられる、ウォーキングにはうってつけの場所がたくさんあることに気が付きます。車でさっ

たらうれしいです。
リユックを背負って自分たちの住むまちを歩けば、そこに今まで見過ごしていた価値を再発見したり、心身のリフレッシュや健康増進を図ったりすることが出来ます。もちろん、上田を訪れる観光客の皆さんにも、楽しんでもらえたらうれしいです。

「リユックの似合うまち」そんな地域創りをめざそう! 私は昨年から折にふれて、皆さんにそんなメッセージを送っています。

母袋市長の

No.3



さあ、あなたもリユックを背負って、ウォーキングやトレッキングに出かけてみませんか。

最近、私は「北国街道ウォーキング」と「信州上田歴史ロマンウォーク」などに参加しました。心地よい汗をかきながら歩いていると、気分は晴れ晴れとします。また、民家の庭先や道ばたに咲く色とりどりの花や緑の木々が、一生懸命に自己主張している姿を見るにつけ、自然のありがたさを感じました。おむすびと飲み物を語めたリユックの中身は、帰るころには夢と満足感でいっぱいになっていたのです。

と通り過ぎてしまえば、そんな「いいところ」を見過ごしてしまいます。そう考えると、これからの時代は、効率や便利さだけを求めるファースト(「急ぐ」)ではなく、「スローライフ」「スローフード」という考え方を大切にして、心のゆとりと癒しを感じられる生活を見直してみることが、重要になってくるのではないかと思います。

と通り過ぎてしまえば、そんな「いいところ」を見過ごしてしまいます。そう考えると、これからの時代は、効率や便利さだけを求めるファースト(「急ぐ」)ではなく、「スローライフ」「スローフード」という考え方を大切にして、心のゆとりと癒しを感じられる生活を見直してみることが、重要になってくるのではないかと思います。

蚕糸教育の

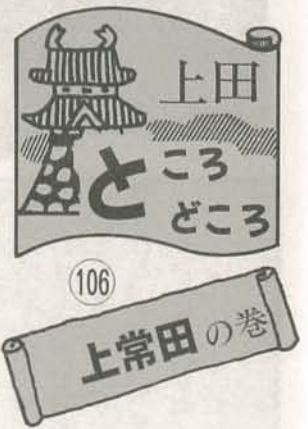
薫り高く



◀信州大学繊維学部入口の警務員室
六角形の印象的な建物



▲協業組合事務棟の正面
蛾と繭のしゃれた装飾



106

上常田の巻

上田・小県地方の蚕糸業は明治時代に目覚ましく進展し、繭や生糸の集散地・上田の町は商業も盛んになり、「蚕都上田」と呼ばれるようになりました。

その蚕都にふさわしい蚕糸専門学校が上常田に開校したのは1911年4月で、養蚕・製糸の二科(各学科定員50名)が置かれました。

同校は1949年、信州大学繊維学部へ改組され、規模・内容とも飛躍的に充実され現在に至っています。

校門のそばの大きな樺の下に、古びた小さな六角の建物があり、「警務員室」と表示された室内に係員の姿が見えました。近代的なキャンパスの出入り口に立つその建物は、蚕糸教育の長い歴史を見守って来たように思われ、印象的でした。

上常田へ県立小県蚕業学校が新築移転したのは、1924年6月でした。同校は養蚕農家の子弟に、「理学説ヲ授ケ之ヲ実地ニ応用スルノ素地ヲ育成スル」ことを目的として、1892年に創立されました。

校舎の所在地は開校以来転々としまし

たが、上常田への移転で施設・設備がいっそう整い、教育水準が向上しました。実習用の桑園も学校の南側一帯に広がっていました。

戦後は小県蚕業高校となり、1962年に長野県上田東高等学校と校名が変更され、現在に至っています。このように上常田は、蚕糸教育の歴史が息づく町といえましょう。

上田東高校近くの上田蚕種協業組合の洋風木造建築も「蚕都上田」時代を偲ばせます。組合の前身は、1917年設立の上田蚕種株式会社です。

1947年5月、蚕種協同組合として業務を再開し、1965年には約8600箱の蚕種を製造し、諸外国へ輸出しています。

散策の足を信大繊維学部へ戻し、科野大宮社への閑静な道を行きますと、格子戸の民家や、おやきの店、豆腐店、農民美術の店などもあって、上常田のもうひとつの魅力を実感しました。

(平野勝重)



◆周辺案内図◆

住民基本台帳ネットワークシステム 第2次サービスが8月25日から始まります。

住民基本台帳ネットワークシステム(住基ネット)は、氏名、住所、生年月日、性別の4情報と住民票コード等(本人確認情報)により、全国共通の「本人確認」を可能とする地方公共団体共同のシステムで、市民サービスの向上と国・地方を通じた行政の効率化を図り、電子政府・電子自治体を実現するための基礎となるものです。

1 住民基本台帳カード(住基カード)の交付

(1) 住基カードで、「住民票の写しの広域交付」、「転入・転出手続きの特例」などのサービスが受けられます。住基カードには、表面に顔写真のあるものとないものとの2種類があり、そのどちらかを選択することができます。また、顔写真のあるものは、本人確認のための身分証明書としても利用できます。

(2) 住基カードは、上田市に住民登録されている方で希望者に交付します。住基カードは、市が貸与するもので、他市区町村へ転出される場合はお返しいただきます。住基カード交付手数料は、1枚500円でカードの有効期限は10年です。



2 住民票の写しの広域交付

上田市以外の市区町村でも住基カード、運転免許証またはパスポートなど公的機関の発行した顔写真付きの身分証明書を窓口で提示することにより、本人及び同一世帯員の住民票の写しが取得できるようになります。

なお、上田市から交付地市区町村に送信された住民票情報は、都道府県や指定情報処理機関を経由することなく直接届き、住民票の写しを交付した時点で消去されますので、交付地市区町村には情報は蓄積されません。

3 転入・転出手続きの特例

住基カードの交付を受けている方が、市外に転出するときに、あらかじめ付記転出届(転出する旨を記載した届出)を上田市に郵送することにより、転入先の市区町村の窓口へ住基カードを持参することで転入の手続きができるようになります。

なお、住基カードは、転入先の市区町村で回収されます。



●個人情報の保護

市民の個人情報を保護するため上田市では、「上田市個人情報保護条例」や「上田市電子計算組織の運営管理に関する規則」を定めて市民の個人情報の保護を図っております。

平成14年に稼働しました住基ネットは、住民基本台帳法で様々な個人情報の保護対策が講じられています。上田市においてもセキュリティ対策要綱を定め、セキュリティ会議を設置するとともに緊急時の対応計画書を作成し、障害や事故等の未然防止と事故等の発生時の措置を定めるなど個人情報の保護に細心の注意を払いながら進めています。

●住民票コードの取り扱いには十分注意してください。

・住民票コードは、住民基本台帳法で定められて国等の機関の事務に限って利用されます。そのため、それ以外から、住民票コードの告知や住民票コードの入った住民票の写しの提出などを求められても応じる必要はありません。

・住民票コードは、本人の希望によりいつでも変更することができますが、番号を指定することはできません。住民票コードの変更を希望される方は、御本人が運転免許証、パスポート、健康保険証など本人であることを確認できる証明書と印鑑を持参のうえ市民課の窓口へお越しください。

なお、詳しくは、総務省ホームページ (<http://www.soumu.go.jp/>) をご覧ください。

景観協定第4号に「中央通りまちづくり協定」が認定

上田市景観条例に基づく「中央通りまちづくり協定」の認定が、7月24日(木)に行われました。

これは平成8年5月に認定された「しなの木通りまちづくり協議会」、平成13年5月に認定された「柿ノ木地区まちづくり協議会」、平成14年10月に認定された「柳町まちづくり協議会」に次いで4番目となります。

この地区は、上田市の顔である中心商店街の松尾町、中央一番街、原町一丁目、原町中央の中央通り沿道商店会とその周辺地区で、平成10年度から電線類地中化工事、老朽化したアーケードの撤去と歩道の高質化(グレードアップ事業)、ガス灯風デザインの街路灯設置を行ってきました。

平成11年度に景観形成市民団体に認定され、平成12年度には県アダプトシステム(道路の里親制度)を調印するなど環境整備事業に取り組んできました。

上田市の中心商店街の骨格の一つである中央通りを、県内外に誇れる美しい通りにすると共に、常に市民に親しまれ、調和と魅力に溢れるまちづくりを進めるために、このたび80%近い沿道の皆さんの同意で協定が締結されました。

協定の内容には、

- ①突出看板は、面積1面5㎡以下全面合計で10㎡以下とする。
- ②壁面利用看板は一壁面に2個まで、表示面積の壁面垂直投影面積の5分の1以下または15㎡以下のいずれか少ない方とする。
- ③屋上利用看板は縦長看板を禁止とする。
- ④アダプトシステムに係る協定を結び、街並みの美化・清掃に協力する。

などの景観形成項目が盛り込まれています。

中央通りの美しくなった街並みをぜひご覧ください。



問合せ 都市計画課 ☎23・5127

福祉医療費給付金を受けている方へ(お知らせ)

平成15年7月1日からの福祉医療費制度改正について、支給対象者にお送りした「お知らせ」の中で、一部誤解を招く表現がありましたので、訂正します。

訂 正 前	受益者負担金について (例)太郎さんが内科と歯の治療で受診し、処方箋で薬を出してもらった場合 A病院3,000円 B歯科医院2,000円 C薬局900円 ・本人支払合計額…5,900円 ・受益者負担金…300円×3医療機関等=900円 ・口座に振込まれる額…5,900円-900円=5,000円となります。
訂 正 後	(例)太郎さんが内科と歯の治療で受診し、A病院、B歯科医院両方からの処方箋で薬を出してもらった場合 A病院3,000円 B歯科医院2,000円 C薬局900円(500円[A病院の処方箋による薬代]+400円[B歯科医院の処方箋による薬代]) ・本人支払合計額…5,900円 ・受益者負担金…300円×4件(医療機関2件と処方箋2件の合計)=1,200円 ・口座に振込まれる額…5,900円-1,200円=4,700円となります。 ※医療機関で、それぞれに処方箋が出された場合には、薬局は、処方箋の出た医療機関ごとに1カ月単位で1件となります。

◎総合病院等では、内科・外科・小児科・歯科・眼科のように、それぞれがレセプト(診療報酬明細書)を作成しますので受診科ごとに数えます。

◎平成15年7月1日受診分からの福祉医療費資格認定申請書をまだ提出していない方は、市役所・各支所にお届けいただくか、お送りした返信用封筒で郵送してください。申請書を提出いただかないと、新しい受給者証が発送できませんので至急お願いします(乳幼児福祉医療該当者は全員提出してください)。

問合せ 福祉課医療給付係 ☎22・4100(内1609)

勤労青少年ホーム9月開講講座参加者募集

- 参加資格 事業所等に勤務する35歳までの方
 ■申込方法 勤労青少年ホーム(消防本部前)へ、受講料を添えて申し込んでください。電話でも受け付けます。
 ■申込期間 8月20日(水)～23日(土) 12:30～21:00
 ■講習会場 勤労青少年ホーム、ただし陶芸のみ長野陶材上田工房(上田市保野)

開講講座日程表

講座名	曜日	期間	回数	定員	受講料	時間	材料費等
料理	月	9月8日～	10回	18人	1,500円	18:30～	材料費5,000円程度(10回分)
木彫り	月	9月8日～	10回	12人	1,500円	19:00～	材料費2,000円程度・彫刻刀
料理	火	9月9日～	10回	18人	1,500円	18:30～	材料費5,000円程度(10回分)
エアロビクス	水	9月10日～	10回	30人	1,500円	19:00～	運動のできる服装
料理	水	9月10日～	10回	18人	1,500円	18:45～	材料費5,000円程度(10回分)
陶芸(隔週)	木	8月28日～	9回	10人	1,350円	19:00～	材料費5,000円の他に焼き代
絵画(油絵)	木	9月11日～	10回	20人	1,500円	18:30～	詳細はホームまで
初級英会話	木	9月11日～	10回	15人	1,500円	19:30～	テキスト代3,150円
パソコン	木	9月11日～	10回	15人	1,500円	19:00～	テキスト代4,000円程度
ジャズダンス(Hip-hop)	金	9月12日～	10回	20人	1,500円	19:00～	運動のできる服装
社交ダンス	金	9月12日～	10回	20人	1,500円	19:30～	靴代

※他に利用者協議会費500円が必要になります。

問合せ 勤労青少年ホーム ☎22・7117

市民プラザ・ゆう 後期エンパワーメント講座等受講生募集 自らの能力を高め、共に学び力をつけましょう

市民プラザ・ゆうでは、女性も男性もそれぞれの個性を生かして、豊かな活力ある男女共同参画社会を目指し、いろいろな講座を企画しています。皆さんもこの機会に参加してみませんか。

講座申込みについて

- 対象 上田市在住・在勤の方
 ■受講料 無料(ただし教材費は実費)
 ■託児 開講時2歳～就学前のお子さん。講座途中からの申込みはできません。
 ■申込み 9月6日(土)午前10:00～11:30 市民プラザ・ゆうへ教材費を添えて申し込んでください。
 ■その他 定員になりしだい締め切ります。ただし、定員に満たない場合は、上記日程以降も受け付けます。



後期エンパワーメント講座(会場 市民プラザ・ゆう)

講座名	内容	日程	時間	講師名	定員	教材費
センスアップ	・筆ペンで書く実用文字 ・運動療法(腰痛・肩こり) ・冬の日のコンサート (公開講座)	10月28日(火) 11月4日(火)・11日(火)・18日(火) 12月16日(火)	19:00～20:30	沓掛 桂雲 小林 久雄 山崎 孝美 柳沢 純子	20人	200円
パッチワーク	はじめてのパッチワーク (素敵なポーチ)	10月16日(木)・23日(木)・30日(木) 11月6日(木)・13日(木)	13:30～15:30	岩根 郁子	15人	2,100円
和菓子作り	家庭で作る和菓子	11月11日(火)・18日(火)・25日(火)	13:30～15:00	山崎 一男	20人	1,600円

子育て応援講座(会場 なかよしリトミック遊び:市民プラザ・ゆう/室内プールで水遊び:アクアプラザ上田)

講座名	内容	日程	時間	講師名	定員	教材費
なかよし リトミック遊び	・リトミック・楽器遊び ・めくる紙芝居 ・楽しい子育てのお話	11月21日(金)・28日(金) 12月5日(金)	10:00～11:30	神林十四江	親子 20組	100円
室内プールで 水遊び	・水となかよし ・水中でスキンシップ	11月6日(木)・20日(木)	11:00～11:45	アクアプラザ 指導員	親子 25組	1,200円

問合せ 市民プラザ・ゆう ☎27・2988/☎27・3123

「信州ロード観察隊員」募集

県では8月11日(月)まで、県が管理する国道・県道の穴や障害物などの情報を提供いただく、「信州ロード観察隊員」を募集しています。詳しくは、上田建設事務所(☎25・7164)まで



メディアランドUEDAへ
お越しください

メディアランドUEDA
☎39・1000

夏休みアニメーション上映会

■とき 8月10日(日)

午後1時30分〜3時

■上映作品 「クレヨンしんちゃん 嵐を呼ぶアッパレ! 戦国大合戦」

■参加料 小中学生 100円
高校生以上300円

■その他 事前に電話でお申し込みください。

CD-R活用講座

■とき 8月23日(土)

午後1時30分〜4時30分

■対象 パソコン経験者

■定員 16人

■受講料 2000円

「種から育てる花づくり講習会(パンジー・ビオラ編)」

公園緑地課
☎23・5134 / ☎23・8247

来年の春、パンジー、ビオラをきれいに咲かせてみませんか。

種のまき方から、花の咲かせ方

まで、実技を交えた分かりやすい説明で楽しく学べます。

■とき 8月28日(木)

午前9時30分〜11時30分

■ところ

上田城跡公園地下駐車場

■内容 パンジー・ビオラの種まきと、種から育てるポイント(実技講習)

■講師 武田正男さん(上田市農業ハイオセンター所長)

■持ち物 土(市販のプランターの土、または培養土)をプランターの6分目まで入れて、お持ちください。

■服装 外で作業のできる服装

■申込み 8月20日(水)までに電話かFAXで公園緑地課へ

■その他 種は公園緑地課で用意しますが、自分でまきたい種がある場合は、お持ちください。

信州大学繊維学部公開講座

「糸つむぎから織物まで〜繊維を楽しむものづくり〜」

信州大学繊維学部庶務係
☎21・5305 / ☎21・5317

長野県は長い歴史を持つ繊維産業の地であり、日本の繊維産業の中心的役割をはたしてきました。この講座では、糸を紡ぐところからはじめ、その糸を染め、コースター、ハンカチ等の織物を織る一連の作業をしていただきます。

また、大学の設備の見学も行います。分かりやすく講習を行いますので、親子でもご参加いただけます。

■とき 8月30日(土)

午前9時〜午後5時

8月31日(日)

午前9時〜正午

■定員 16人

■受講料 無料

■申込み 電話またはFAXで信州大学繊維学部庶務係へ

■締切 8月22日(金)

文化講演会

生涯学習課文化財係
☎23・5102

長年にわたり、常楽寺と塩田平の仏教文化財について調査・研究されている松浦正昭さんを講師に迎え、常楽寺と共催で講演会を開催します。

復元されたばかりの江戸時代中期の本堂(上田市指定文化財)の見学とともに、多くの皆さんのご参加をお待ちしています。

■とき 8月19日(火)

午前10時〜

■ところ 常楽寺本堂

■演題 信州常楽寺と甲斐三枝氏

■講師 松浦正昭さん(奈良国立博物館仏教美術資料研究センター所長)

倉沢家住宅客座敷修理工事の完成見学会

生涯学習課文化財係
☎23・5102

県内でも屈指の古さを誇る江戸時代中期の民家「倉沢家住宅」(上田市指定文化財)の客座敷修理工事が7月末に完成しました。

施工中の見学会も好評をいただきましたが、この完成を記念して、築地自治会と共催で見学会と祝賀行事を開催します(詳細は8月16日号の広報でお知らせします)。

■とき 8月24日(日)

午前9時〜

■内容 見学説明会・築地獅子神楽演奏・太鼓演奏ほか

パソコンで住所録&家計簿を作ろう

市民プラザ・ゆう
☎27・2988 / ☎27・3123

■とき 9月11日(木)・12日(金)

午前10時〜午後3時

■ところ 市民プラザ・ゆう

■内容 文章の作成から、計算、装飾、表の作成まで行います。

■対象 パソコン基本操作と文字入力ができる方。エクセルを使ったことのある方

■定員 20人

■参加料 600円(教材費等)

■申込み 教材費をそえて市民プ

ラザ・ゆうへ(受付時間: 8月4日(月)〜15日(金)午前9時〜午後8時(土曜日は午後5時まで))

西澤真理子 バリアフリーコンサート

音を楽しむ会実行委員会
☎24・7224 (滝塚)

■とき 8月9日(土)

午後2時〜

■ところ 信州国際音楽村

■入場料 1000円



海洋教室参加者募集

上田ユネスコ協会
☎21・3500
生涯学習課青少年係
☎23・5104

帆船「海王丸」で海の素晴らしさを体験し、団体行動や協調性の大切さを学ぶ海洋教室に参加してみませんか。

■とき 9月27日(土)・28日(日)

■ところ 富山港(富山県新湊市)

■対象 小学4年生〜中学3年生

■定員 40人

(応募者多数の場合は抽選)

■参加料 1850円

■募集期間 8月1日(金)〜25日(月)

第8回てんじんナイトバザール
〜真夏の夜店にあそびにおいでよ!!〜

■とき 8月9日(土)15:00〜21:00 (通行止め14:00〜21:00) ■ところ 上田駅前天神商店街通り ■内容 スタンプ3倍セール、新鮮野菜市、地酒『天神』の販売、全員参加ビンゴ大会、お祭り広場、そば打ち体験コーナー、フリーマーケット



特定疾患医療受給者に見舞金を支給します

福祉課
☎23・5130

対象 市内にお住まいで、保健所から特定疾患医療受給者証の交付を受けている方

支給金額 1万円(支給は年1回で今回の申請のみ)

申請期限 8月29日(金)まで

申請方法 福祉課窓口に見舞金申請書と特定疾患医療受給者証の写しを提出(印鑑が必要)

支給方法 口座振替(9月下旬)

その他 昨年に引き続き支給を受ける方も申請が必要です

**8月は「道路ふれあい月間」
8月10日は「道の日」**

管理課
☎23・5125

市では、安全で快適な道路にするため、交通安全施設や危険箇所の点検・補修など、道路環境の維持保全に努めています。
道路を常に広く、美しく、安全に利用するため、「空き缶、吸い殻などのごみを捨てない」「無許

可で広告看板、鉢植え、その他の私物を置かない」等、ご協力をお願いします。また、道路上の穴などにより通行に支障がある場合は、管理課へご連絡ください。

気象連絡所の電話の廃止

消防部予防課
☎26・0029

8月1日から上田気象連絡所の電話を廃止します。

気象連絡所に関する問合せは消防部予防課へお願いします。

なくそう感電事故

中部電気保安協会
☎23・0985

8月は「電気使用安全月間です」電気設備の安全点検をして、電気を正しく安全に使うことはもちろん、省エネについても考えましょう。



ささらの湯お盆期間中の営業のお知らせ

室賀温泉ささらの湯
☎31・1126

お盆期間中、ささらの湯は休まず営業いたします。どうぞお出かけください。なお、22日(金)は休館とさせていただきます。

児童手当の認定請求はお済みですか

児童保育課
☎23・5132

児童手当は小学校に就学する前のお子さんを養育している保護者に支給される手当です。保護者の所得が一定額以下の場合、認定請求をした翌月から児童手当が支給されます(2月、6月、10月に前月分までの手当を指定の口座に振り込みます)。

認定請求は随時受け付けています。お子さんが生まれた方、上田市に転入した方で児童手当の認定請求をしていない方は、認定請求をしてください(公務員の方は勤務先にお問い合わせください)。また、以前に認定請求をして、認められなかった方も、あらためて認定請求をしていただくと、児童手当が受給できる場合があります。分からないことがありましたら児童保育課へお問い合わせください。

はかりの定期検査

商工課 ☎23・5395

取引・証明に用いるはかりは、2年に一度使用者が検査を受けることが法律で義務づけられています。上田市では次の日程ではかりの定期検査を行います。

◎対象区域

城下地区、川辺・泉田地区、神川地区(上堀自治会を除く)、神科地区、豊殿地区、塩田地区、川西地区、山口自治会

◎実施日程

実施日	検査会場	検査時間
8月18日(月)	東塩田老人集会所	9:30~11:30
	中之条公民館	13:00~15:00
8月19日(火)	上田市転作促進研修センター	9:30~12:00/13:00~15:00
8月20日(水)	上田市転作促進研修センター	9:30~11:30
	川辺・泉田地区防災センター	13:00~15:00
8月21日(木)	川西公民館	9:30~11:30
	相染閣	13:00~15:00
8月22日(金)	大屋公会堂	9:30~11:30
	上野が丘公民館	13:00~15:00
8月25日(月)	中村自治会館	9:30~12:00/13:00~15:00
8月26日(火)	中村自治会館	9:30~11:30
	川辺町会館	13:00~15:00
8月27日(水)	農村環境改善センター	9:30~12:00/13:00~15:00
8月28日(木)	上田市役所計量検査室	9:30~12:00/13:00~16:00
8月29日(金)	上田市役所計量検査室	9:30~12:00/13:00~16:00

**うえだ城下町映画祭
自主制作映画コンテスト
作品募集**

事務局(メディアランドUEDA内)
☎39・1000

■募集作品

自主制作映画(ジャンル不問)

■締切

8月31日(日)当日消印有効

■応募形態

スタンダードDV、ミニDV、VHS、SVHS、βカム

■応募方法

応募用紙に必要事項を明記し、作品と共に送付してください。

■審査員

鈴木伸一さん

(アニメーション作家)

鈴木敏昭さん

(ビデオジャーナリスト、マルチソフト制作ディレクター)

永井正夫さん

(映画プロデューサー)

古原智之さん

(映画監督)

■賞

大賞 1点

優秀賞 1点

観客賞 1点

入選

■応募・問合せ先

うえだ城下町映画祭自主制作映画コンテスト事務局(メディアランドUEDA内)へ

雨乞いの神事「百八手」と
越戸の花火大会

■とき 8月15日(金) 午後7時~
■ところ 上田市越戸小瀬地籍浦野川堤防350m

—市民お気軽集会—「お元気ですか？市長です」

母袋市長が、皆さんの地区に直接お伺いして、気軽に語り合う「お元気ですか？市長です」がスタートしました。市長が日ごろ考えている「生活者起点」の市政運営についてお話をしながら、皆さんと自由に語り合います。

どなたでも参加できます。日程は下記のとおりです。このほかの会場での開催予定は、随時、広報うえだか自治会回覧でお知らせします。

◆問合せ 秘書課(☎22・4100 1116)

今後の予定(7月23日現在)

・8月19日(火)19:00～ 下堀コミュニティセンター

・8月5日(火)19:30～

小泉区民会館

・8月22日(金)19:00～

海野町会館



キミの情熱を待っている～市役所はあなたの力を求めています～

上田市職員を募集

市民の皆さんとともに考え、行動し、いっしょに上田市の未来を創造してみようという方のチャレンジを歓迎します。

学生時代の経験や関心を生かしてみたい方、さまざまな社会経験をお持ちの方、ご応募ください。

■平成15年度上田市職員募集要項

■採用人員 各区分とも若干名

■必要書類

- ①受験申込書(総務課にあります。)
- ②履歴書(高校在学者は、全国高等学校統一用紙を使用。そのほかの方は、総務課にあるものを使用)
- ③80円切手添付の白二重封筒(合否連絡用。あて名を記入)
- ④保育士の免許証の写し、または、修了(卒業)見込証明書(保育士のみ)

■受験申込書の配布 8月1日(金)から市役所総務課(本庁舎3階)で配布します。

■申込期間 8月15日(金)から21日(木)までに、市役所総務課へ受験者本人が直接持参のうえ申し込んでください。郵送は受け付けません。なお、8月16日(土)・17日(日)も申し込みを受け付けています。

■問合せ 総務課(☎22・4100 1203・1204)

試験区分	試験程度	応募資格	試験科目	摘 要
一般事務 (行政)	大 学 卒業程度	昭和48年4月2日 以降に生まれた人	教養試験 専門試験 作 文	1 第1次試験日 9月21日(日) (1)受付開始 午前8時 (2)試験開始 午前8時30分 (3)終了予定 午後2時 2 本試験に応募できない人 (1)日本国籍を有しない人 (2)地方公務員法第16条各 号のいずれかに該当す る人
一般事務 (行政)	高等学校 卒業程度	昭和57年4月2日 以降に生まれた人	教養試験 適性検査	
技 術 (土木)	大 学 卒業程度	昭和48年4月2日 以降に生まれた人	教養試験 専門試験 作 文	
技 術 (土木)	高等学校 卒業程度	昭和57年4月2日 以降に生まれた人	教養試験 専門試験	
保育士A	短期大学 卒業程度	昭和48年4月2日 以降に生まれた人 で保育士の資格を 有する人(平成16 年3月までに取得 見込みの人を含む)	教養試験 専門試験	
保育士B (保育士実務 経験者対象)	短期大学 卒業程度	昭和48年4月2日 以降に生まれた人 で保育士の資格を 有し、保育士の実 務経験がある人	教養試験 専門試験	

先輩からの メッセージ

朝倉 寛之

農林課(平成13年度採用)

私は以前、民間企業に勤めていましたが、地域のために仕事をすることに魅力を感じ、市職員を志望しました。今は、農林課で、主に野菜・果樹・花を栽培する農家の方々が農業をしやすいよう手助けする仕事をしています。市職員は他にも幅広い業務に携わります。あなたの知識や経験を、ぜひ上田市のために生かしてください。



橋詰 典明

東部保育園(平成14年度採用)

私が保育士を目指したのは、子どもがとにかく大好きだからです。幼児期に出会う人や環境は、その子どもの人間形成にとって、とても重要なものです。私もそこに関わりたと思ったのです。現在は、4歳児の担任となり、日々子ども達の笑顔とパワーに囲まれながら楽しく仕事をしています。志望者の皆さん、私たちと一緒に仕事をしてみませんか？



塚田智恵子

秘書課(平成15年度採用)

私は、自分の住み慣れた上田市をよりよい市にするために働きたいと思い、上田市役所に就職を希望しました。現在は秘書課に配属され、主にお客様への応対や書類の作成などを行っています。慣れないことばかりですが、ときに優しく、ときに厳しい周りの先輩に助けをもらいながら、がんばっています。上田市のために、いっしょにがんばりましょう。



■種 目 一般男女S・W、35歳以上男子S、45歳以上男子S、小学生男女S、中学生男女S ※各1種目のみエントリー可

■参 加 料 S(シングルス)・W(ダブルス)とも2,000円

■申込方法 8月17日(日)までに中央3丁目テニスハウスワカツキ(☎25・2317)へ

上田市文化会館

■材木町1-2-3 ☎22-0760

と き	催 し	開演時間	入場料	問 合 せ
8/8(金)	百瀬和紀とバーカッション	19:00	有料	上田高校音楽班OB (☎24・0355)
8/23(出)	バリアフリーコンサート	14:30	有料	中央公民館 (☎22・0760)
8/31(日)	第15回上田市民謡連盟 民謡まつり	9:30	無料	上田市民謡連盟 (☎22・9505)

上田市民会館

■二の丸1-2 ☎22-0762

と き	催 し	開演時間	入場	問 合 せ
8/9(出)	マスクプレイミュージカル	14:00	有料	劇団飛行船 (☎0120・85・3215)
8/17(日)	葉加瀬太郎の世界	14:30	有料	長野国際音楽フェスタ (☎24・8174)
8/23(出)	第43回サマーコンサート	18:30	有料	早稲田大学合唱団 (☎090・8657・9458)
8/24(日)	民族舞踊コンサート	18:00	有料	財団法人 民主音楽協会 (☎026・222・3224)
8/28(木)	第7回上田城新能	17:30	有料	上田市教育委員会 (☎23・5102)

“日常の中で、防犯を忘れずに”

— 8月1日～31日は夏の地域安全運動期間 —

上田警察署(☎22・0110)・市民課(☎23・5334)

いよいよ夏本番。夏休みを利用して外出する機会が増えます。
しかし、忘れてはならないのが防犯。／

◎住宅の出入り口 玄関、勝手口のカギを閉めましたか？

◎窓 たとえ2階でもカギは忘れずに

◎自転車 カギは忘れていませんか？

防犯登録はできていますか？

◎自動車 現金や貴重品は置かずロックも忘れずに

今年1月～5月に市内で発生した窃盗の件数は702件で、空き巣・事務所荒らし等の侵入による被害が91件、自転車・オートバイ・自動車の盗難が162件、車上狙い・自販機荒らし・万引き等の被害が449件となっています。

だれもが犯罪の被害に遭う危険があります。一人ひとりの心がけから犯罪の発生を減らすことができます。

暑い季節です。緩みがちな心を引き締めて、犯罪の被害に遭わないように注意しましょう。



小澤 辰み 中上原 村 94 75 87 72 83 95 53 70 92 79 86 79 72 87
竹腰 弘 小 中 上 田 原
小川 ツル 小 中 上 田 原
宮澤 重信 吉 小 中 上 田 原
神津 重信 五 吉 小 中 上 田 原
竹内 すなを 御 所 加 田 泉 村
松井 歌子 神 畑 所 加 田 泉 村
横山 利子 染 屋 畑 所 加 田 泉 村
伊巻 誠 中 野 畑 所 加 田 泉 村
木藤 政己 下 之 条 野 畑 所 加 田 泉 村
花澤 芳子 吉 田 下 之 条 野 畑 所 加 田 泉 村
遠藤 正一 新 岡 田 下 之 条 野 畑 所 加 田 泉 村
神谷 栄子 上 紺 屋 町 田 下 之 条 野 畑 所 加 田 泉 村
北村 きく 上 紺 屋 町 田 下 之 条 野 畑 所 加 田 泉 村

ごめい福を
お祈りします
(6月届け出分・敬称略)

中澤 助市 鈴子 58 78 28 79 48 73 83 74 46 68 70 78 79 60 89 81 52 69 80
與川 美和 下 之 郷 鈴子
眞保 恵美子 下 塩 尻
増澤 一子 上 手 諏訪 形
村谷 一二三 久 保 林
掛野 澄三郎 八 舞 院 内
前島 みつ代 神 科 新 屋
櫻井 千恵子 新 屋 堀 屋
瀧澤 五男 下 堀 堀 屋
大崎 教男 川 辺 町
松崎 陽一 常 入 町
三井 榮一 木 町
山本 剛 五 加 町
高野 美知子 下 吉 田
林 新一 下 之 条
増田 澄弘 中 常 田
大久保 幸直 学 海 南
堀内 加代子 学 海 南

水野 よし 飯島 幸子 栗原 もと子 小 林 利彦 石 井 キヨ 土 屋 りん 宮 島 才 八 郎 室 賀 信 俊 水 科 昭 森 泉 正 巳 西 野 入 キ ミ 関 美 枝 尾 崎 小 はる 花 岡 房 子 前 沢 清 子 土 屋 喜 久 子 和 田 西 雄 成 澤 富 男 本 町 下 之 条 舞 86 70 81 88 66 96 92 85 96 74 73 81 85 85 66 68 82 83 84

松澤 三喜雄 甲斐 章雄 羽生 千鶴 小見 山治郎 柳澤 晴義 依田 武夫 母袋 秋雄 岩田 嘉一 竹村 一喜 金澤 紀子 竹鼻 玉代 小林 ふく 尾崎 俊幸 山岸 チエ 小池 登良八 浦野 諏訪部 神科新屋 東前山 上常田 神科新屋 岩清水 踏 入 田 新 田 下 塩 尻 上 常 田 五 加 北 城 川 辺 町 下 組 神 畑 88 90 46 78 90 83 61 74 68 75 75 60 87 85 68 84

「花の種銀行」の支店を開設します。



問合せ 公園緑地課 ☎23・5134

市では、皆さんといっしょに花と緑あふれる美しいまちにすることを指し、花の種を貸し出す「花の種銀行」を開設しています。

このたび、利用者の方のご要望により、各支所(豊殿支所、塩田支所、川西支所)へ支店を出すことになりました。今後は、各支所でも、「花の種銀行」を利用できます。

◆支店での「花の種銀行」の利用方法

- 1 最寄りの支所に行き「花の種銀行申込書」へ必要事項を記入します。
- 2 種は、申込み翌週の火曜日以降、支所へ受け取りに行きます。
- 3 ただし、支所で申込みと同時に貸しできる種もあります。(アゲラタム、インパチェンス、サルビア、西洋おだまき、日々草、花菱草、バーベナ、パンジー、百日草、ビオラ、ブルーサルビア、ヘブンリーブルー、ペチュニア、ロベリア)
- 4 受け取った花の種をご家庭で楽しんでいただいた後、種を支所へ返却します。

市民総合体育大会参加者募集
(硬式テニス)

■と き 8月31日(日)
■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
■対 象 市内在住・在勤・在学の方

たとえばこんな活動をしています

●保健指導員さん自身が健康について学習します。

保健指導員さんは1年に数回、自分たち自身で健康についての学習会を開いています。

例えば、今年、神科地区の学習会では、健康について「どんなふうに生きていきたいか」「元気で暮らしていくためにはどうしたらいいか」というテーマで、いろいろな意見を出し合いました。

その結果、「食べるということを楽しみたい。噛む力をいつまでも保ちたい」という視点で、学習を進めていこうという話になりました。今後は、講師などを招いてさらに深く学ぶ予定です。



▲活動の発表
(写真:保健
指導員会総
会)
▲神科地区で
の学習会



●自治会で開く健康教室のお手伝いをします。

地域の身近な医師、歯科医師、薬剤師、栄養士、スポーツリーダーなどを招いて、健康・食事の工夫や体を動かす楽しみ等を学ぶ健康教室のお手伝いを、自治会の方と協力しながら行っています。皆さん、ぜひお出かけください。

◆保健指導員さんの活動

壮年期の死亡を少なくするために、40歳健診を近所の皆さんに勧めて歩きます(写真:保健指導員研修会の寸劇)。

健康トピックス

「緑内障」にご注意！

緑内障とは、何らかの原因で目の神経が障害され、視野(目を動かさずに見える範囲)が狭くなる病気です。緑内障により障害された目の神経は治療をしても元に戻らず、回復しません。これはある日突然起こる病気ではなく、症状がなく慢性的に徐々に進行し、ついには視力を失ってしまう怖い病気でもあります。緑内障にご注意ください。

Q. どんな人が緑内障にかかりやすいのですか？

A. 高齢になればなるほどかかりやすく、40歳以上の人口のうち30人に1人が緑内障であると言われています。

Q. どんな症状がありますか？

A. 目の痛みや視力低下、吐き気などといった自覚症状があるものもありますが、多くは自覚症状がありません。

Q. どんな治療方法がありますか？

A. 手術や薬物療法、レーザー治療が一般的ですが、これらは緑内障を完全に治すものではなく、病気の進行をくい止めるためのものです。

Q. 緑内障を放っておくとどうなるのですか？

A. 時間とともに徐々に視野が狭くなり、手遅れになると視力が全く失われてしまいます。

Q. 手遅れにならないためには？

A. 最も有効で重要なのは、早期発見・早期治療です。軽い頭痛や目の痛み、見えにくいなどといったいつもと違う症状が出たら、早めに受診して治療を受けてください。また、自覚症状がなくとも40歳を過ぎたら生活習慣病などの検診を受けるように、定期的に眼科で視力の変化を検査してもらったり、緑内障の定期検査を受けることをお勧めします。

Q. 緑内障の検診はどこで受けたらよいでしょう？

A. 眼科で受けられますので、料金等も含め受診方法について医療機関にご相談の上で受診してください。



今井英梨 保健師

シリーズ第1回
【地域づくり】

このコーナーでは上田市民総合健康づくり計画「ひと・まち げんき 健康うえだ21」の7つの目標をシリーズでご紹介します

昨年9月行った市民健康づくりアンケートによると、「人との交流を持ちたい」と思う人ほど健康感(自分は健康だと思える)が高いという結果が出ています。核家族化や少子高齢化などで、人間関係が希薄になりがちですが、健康づくりを進めるためには、地域の中での人と人との交流が大切だということがわかります。そのため、市では次の目標をつくって、皆さんの健康をバックアップしていきます。

楽しい仲間がいて、安心して暮らせる
環境を地域で育てよう

目標

- 人と人との結びつきを大切にしよう
- 自分の知識や経験を活用して、地域で健康づくりを実践しよう
- いっしょに考える仲間づくりをしよう



そこで今回は、地域づくりに大切な役割を担っている「保健補導員さんの活動」をご紹介します。

保健補導員って？

私たちの住んでいる地域には、子どもからお年寄りまで、健康や病気に関する課題がたくさんあります。これをみんなで学び、健康で豊かなまちづくりをするために活動しています。また、市民の健康づくり事業が地域全体に行き渡るように、ご協力をお願いしています。

保健補導員は、自治会長さんの推選で市民の皆さんの中から選ばれています。今年度は417人が市内16地区に分かれて活動しています(任期は2年)。

活動の内容

- 各地区ごとに定期的に集まり、健康について学ぶ
- 「ひと・まち げんき 健康うえだ21」の内容を、地域の皆さんに広める
- 病気の早期発見・治療のために検診を勧める
- 大腸集団検診の申込者に容器を配布したり回収する
- 各地区での健康相談の紹介
- 健康教室の開催と参加の呼びかけをする

など

各種検診や相談のお知らせ

基本健康診査受診後の方へ

市では、皆さんの生活習慣病(高血圧・糖尿病・高脂血症など)の早期発見・治療のため、基本健康診査の受診をお勧めしています。

健診受診後の結果票に、病院・医院の先生から健康推進課に指示された内容をもとにして、管理栄養士などが食事や生活について相談に乗っています。受診後、2～3か月の間にご連絡しますので、ご利用ください。

「ひきこもり」家族相談会へ

「ひきこもり」は本人ばかりでなく、家族も強いストレスを受けて不安定になったり、気分が落ち込んだりします。まずは、ご家族がゆとりを取り戻すことが必要です。お気軽にご参加ください

- と き 8月18日(月)
午後1時30分～3時30分
- ところ 勤労青少年ホーム
- 内 容 講師を囲んでのお話やアドバイス
家族同士での話し合い
- 講 師 小林正信さん
(信州大学保健管理センター)

ひきこもり相談、こころの相談の日程は広報うえだ毎月16日号の相談日一覧をご覧ください。

半過フェスタ

毎年夏休みに開催し大好評の半過フェスタ。山も川もある自然に恵まれた半過地区の川の駅で夏を楽しんでみませんか。
どなたでも自由に参加できます。

- と き 8月10日(日) 10:00~13:00
- ところ 上田水辺プラザ
「川の駅」半過グラウンドへ集合
- 内 容 アユつかみどり大会、消防車放水体験、
木工、野外ゲームコーナー、出店コーナー
- 問合せ 半過フェスタ実行委員会
(半過塾事務局 石井) ☎22・5023

岩鼻観煙会

火の国の民として、まさに「血が騒ぐ」そんな煙火を上げるためのプロ煙火師集団が岩鼻に結集。昨年は、県下最大級の吹き出し「岩鼻観煙会オリジナル、“岩鼻の四季”」を含め、ストーリーのある打ち上げを、多くの方に会員になっていただく中で実施することができました。

岩鼻観煙会は、特別な規約はありませんし、年会費もありません。煙火打ち上げ費用は、広告スポンサーを募集するものではなく、開催会費として収めていただいた金額に見合った分だけを打ち上げるという方法で運営しています。

ストーリーのある煙火を見たい人、インターバルの長い花火に飽き飽きしている人、そんな皆さんとともにすばらしい煙火を実感してみませんか。会員の皆さんが多いほどすばらしい煙火となりますので、どしどしお申し込みください。

- と き 8月23日(土) 18:00~21:00
- ところ 上田水辺プラザ「川の駅」
- 内 容 光と音のライブショー
純粹に煙火を楽しもう!!
太鼓演奏や子供花火もあるよ
- 会 費 一口3,000円
- 申込み・問合せ

川の家(上田水辺プラザ川の駅内)
ホームページ

<http://www.michitokawanoeki.jp>
Eメール info@michitokawanoeki.jp
☎22・5023 または 25・0903

8月6日~20日 行事・イベントカレンダー

各種相談・乳幼児健康診査等については、広報うえだ7月16日号P.25~26をご覧ください。

6	水	上田七夕まつり(~8日) (10:00~/海野町) ふしぎ・なるほど・おもしろサイエンスin上田創造館 (10:00~15:00/創造館) 上田ジャズフェスティバル2003(~7日) (16:00~/ふれあい広場21)	10	日	ソフトバレーボール講習会(8:30~/市民体育館) 半過フェスタ(10:00~/川の駅) 防衛大学校・防衛医科大学校説明会 (12:30~14:00/上田消費生活センター) 夏休みアニメーション上映会▶P.10 上田の大火火大会(19:00~/常田新橋下流300m付近)
7	木	親子ふれあい広場(10:00~12:00/中央公民館) 仕事の探し方講座(10:15~15:30/市民プラザ・ゆう)	11	月	「農と水の文化財一千曲川のほとりを歩く」 フィールドワーク(13:00~16:00/中央公民館)
8	金	親子歴史体験教室 (9:00~16:00/信濃国分寺資料館) 真田太平記館開館5周年記念ミニ・コンサート (18:30~/池波正太郎真田太平記館) 百瀬和紀とその仲間たちによるファミリーコンサート (19:00~/文化会館)	12	火	
9	土	山本鼎記念館特別企画展「絵はがきになった青春展」 (~31日)(8:30~17:00/山本鼎記念館) パソコン教室「インターネットサーフィン」 (9:00~12:00/創造館) 夏の星座を探そう(10:00~11:30/創造館) 西澤真理子によるバリアフリーコンサート▶P.10 マスクブレイミュージカル(14:00~/市民会館) てんじんナイトバザール▶P.10 ウィークエンドリサイクル(10:00~12:00/西友秋和店、 西友三好町店、Aコープコア塩田店) 野球の日野球大会(~10日)(9:00~/県営野球場ほか)	13	水	介護なんでも相談日(9:00~17:00/市役所南庁舎6階)
			14	木	
			15	金	雨乞いの神事「百八手」と越戸の花火大会▶P.11 上田市職員募集(~21日)▶P.12
			16	土	
			17	日	葉加瀬太郎の世界▶P.13
			18	月	「ひきこもり」家族相談会▶P.15
			19	火	文化講演会▶P.10 施設を見る会(13:15~/ふれあい福祉センター他) 市民お気軽集会「お元気ですか?市長です」▶P.12
			20	水	施設を見る会(13:30~/ふれあい福祉センター他) 勤労青少年ホーム9月開校講座参加者募集 (~23日)▶P.9