

# 広報うえだ

平成16年/2004  
No. 1393  
**6.16**



小島 絢美さん  
(第四中学校 一年生)

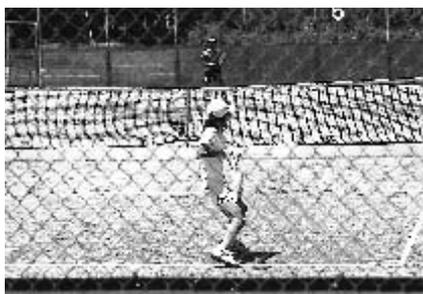
シリーズ



6月上旬「北信越中学生テニス選手権大会」にて

## CONTENTS 主な内容

- 12万市民の家計簿…………… P. 4
- お知らせ…………… P. 5
- 各種相談…………… P. 9
- 保健ガイド…………… P.11



表紙の人 ————— 小島 絢美さん

全国選抜ジュニアテニス選手権北信越予選大会(12歳以下)で優勝した小島絢美さん。両親の勧めで小2から始めた硬式テニス(スポーツ少年団)で、全国大会に3度も出場しています。「最初はつまらなかったけど、たくさん練習してうまくなってくると、負けていた相手に勝てるようになり、それから楽しくなりました。」とのこと。勝つ喜びを知ったことが次の勝利を呼び込む要因になっているようです。

将来の夢は?と尋ねると「プロテニスプレーヤーかピアニストになりたい」と答えてくれた絢美さん。中学時代の目標である全国大会優勝の報告を楽しみにしています。

●スポーツ少年団とは●

現在、32の種目がある上田市スポーツ少年団は、スポーツの喜び、楽しみを一人でも多くの青少年に味わってもらいたいという趣旨で組織されました。

なお、本年度市では、演劇、踊り、合唱や合奏を活動内容とする「上田市文化少年団」を設立する予定です。

# 6.16 水無月

みなづき

急病のときは

救急情報ネットワークシステム

消防本部 / ☎ 26-0119

南部消防署 / ☎ 38-0119

受診できる医療機関を教えます(24時間対応)

## 6月23日～7月7日 行事・イベントカレンダー

6

- 23(水) 平成16年度家庭介護教室 ▶ p.8
- 24(木) 特許活用講座(13:30～16:00 / 上田情報ライブラリー)  
地元学のすすめ「うえだの底力の発見」(19:00～21:00 / 中央公民館)
- 25(金) 大規模小売店舗変更に係る説明会 ▶ p.6
- 26(土) 歩こう!まゆの里しおじり(9:00～12:00 / 正福寺)  
ウィークエンドリサイクル(10:00～12:00 / やおふく上堀店、しおだ野ショッピングセンター)  
博物館講座「近・現代の上田」(13:30～15:00 / 市民会館)  
文学講座「池波正太郎の江戸Ⅱ」(13:30～15:00 / 真田太平記館)  
ビデオ上映会(13:30～16:00 / メディアランド UEDA)  
パソコンで作ろうオリジナル T シャツ(13:30～16:30 / 創造館)
- 27(日) 日曜画家講座(13:30～15:30 / メディアランド UEDA)
- 28(月) 障害者パソコン講座(インターネット) ▶ p.7  
教科書展示会のお知らせ(～7月15日) ▶ p.8
- 29(火) さき織り教室 ▶ p.7
- 30(水) 市民と市長の日(9:00～11:00 / 市役所本庁舎3階)  
温泉と体操を楽しむ会(10:00～11:30 / 別所温泉相染閣)

7

- 1(木) 市民プールオープン(～8月31日) ▶ p.6
- 2(金) 地元学のすすめ「うえだの底力の発見」 ▶ p.8
- 3(土) 折り紙教室 ▶ p.5  
ビデオ上映会 ▶ p.5  
2004年上田市民ゴルフ大会(～5日 / グランステージカントリークラブ丸子コース)  
ウィークエンドリサイクル(10:00～12:00 / ツルヤ大屋店、マツヤ上田店)  
長野大学市民セミナー(15:00～18:00 / 上田情報ライブラリー)
- 4(日) DTPソフトを使ってみよう! イラストレーター基本編 ▶ p.5  
自由自在にレイアウト イラストレーター活用編 ▶ p.5  
史跡めぐり「埼玉西部・入間地方」 ▶ p.8
- 5(月) 介護者家族の会「なのはな」 ▶ p.8
- 6(火) 自然観察講座(8:30～17:00 / 志賀高原)
- 7(水) 障害者パソコン講座(エクセル中級) ▶ p.7  
里山講座「川西の自然を考える」(8:30～12:30 / 川西地区ビオトープ)

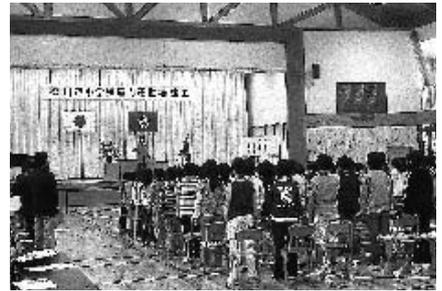
※各種相談・乳幼児健康診査等については、9p～11p または5月16日号をご覧ください。

※粗大ゴミ回収：7月17日(土)  
(10:00～12:00 / クリーンセンター駐車場)

### 5月24日(月) 川辺小学校 体育館が完成

川辺小学校の体育館が完成し、児童や関係者が出席して完成を祝いました。木のにおいが香る広いアリーナと、地域に開かれたクラブハウスも設けられています。

また、児童を代表して坂部真希さんが「歌を歌うと、体育館いっぱい素敵に歌声が響き渡ります。いつまでもきれいに、みんなで大切に使っていききたいです」とうれしそうにお礼の言葉を述べました。



### 5月29日(土) くつろぎ祭り (別所温泉相染閣)

5月の健康づくり事業として開催したくつろぎ祭り。当日は140人ほどの参加者が、ストレスと上手につき合うコツや温泉の効用などの話を聞いた後、自律訓練法や、ボールストレッチ、アロマテラピーなどそれぞれのストレス解消法を体験しました。体験コーナーですっきりした皆さんは、ボールやアロマオイルを手に満足した様子で帰って来ました。

### 5月31日(月) 親子ふれあい広場 (塩田母子健康センター)

公民館が主催し、お母さん同士の情報交換と未就学の子どもたちの交流の場として開催している親子ふれあい広場。今回は約20組程の参加があり、お母さんが見守る中、子どもたちはのびのびと遊んでいました。皆で行なった親子のスキンシップゲームでは、くすぐられた子どもたちの楽しそうな笑い声が部屋中に響いていました。



### 5月31日(月) 南小4年生が千曲川 川の駅でアユの放流体験

川がきれいなことの大切さを知ってもらおうと、南小4年生120人が上小漁業協同組合の皆さんのご協力により、アユの放流を行いました。生きたアユに驚きの表情を浮かべる子供たち。アユの生態に関する説明を聞いた後、「川に魚が増えますように」との願いをこめて放流しました。放流が楽しみで、夢の中にまでアユが出てきたという児童もいたようです。

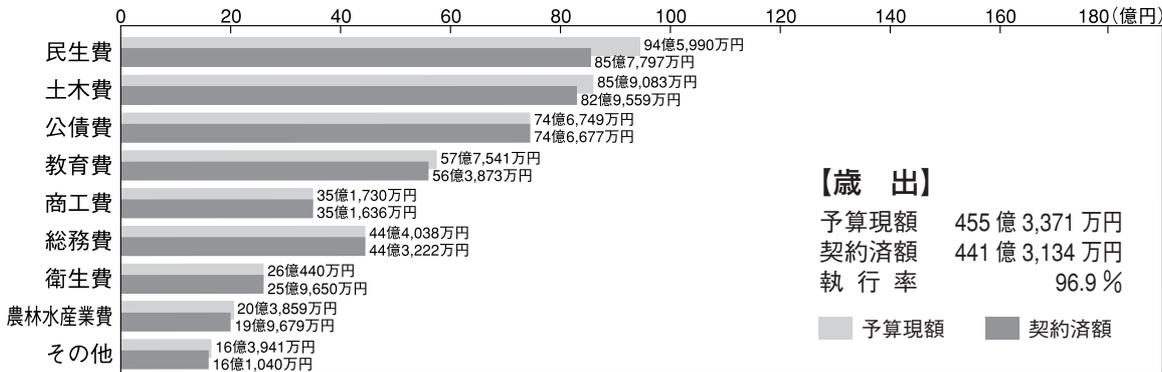
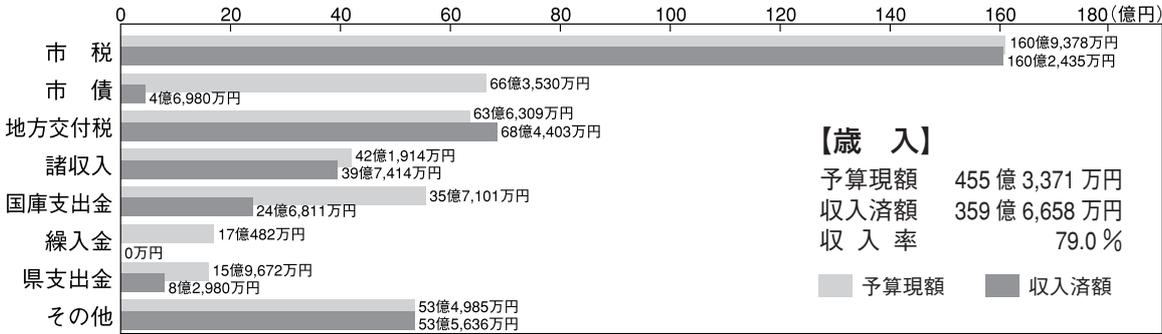
# 12万市民の家計簿

平成15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15年度下半期の会計別収支状況、地方債現在高、市有財産、一時借入金についてです(平成16年3月31日現在。万円未満は四捨五入してあります)。

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、現金の未収・未払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。

## 一般会計



## 特別会計

会計名	予算現額	収入済額	契約済額
土地取得事業	1億3,714万円	164万円	1億3,566万円
塩田有線放送電話事業	5,388万円	4,729万円	5,272万円
国民健康保険事業	86億1,309万円	72億738万円	85億6,651万円
交通災害共済事業	4,631万円	4,316万円	4,629万円
福祉事業センター事業	3,702万円	2,943万円	3,625万円
老人保健事業	107億8,750万円	95億5,319万円	107億8,747万円
同和地区住宅新築資金等貸付事業	1億2,892万円	1億442万円	1億2,888万円
駐車場事業	8億5,056万円	1億1,254万円	8億4,997万円
市街地再開発事業	50億8,080万円	34億9,301万円	50億7,919万円
介護保険事業	59億9,352万円	48億2,533万円	59億9,298万円
合計	317億2,874万円	254億1,738万円	316億7,592万円

### 【地方債現在高】

一般会計	569億4,424万円
特別会計	47億7,223万円
合計	617億1,647万円

### 【市有財産】

積立金	47億4,610万円
有価証券	1億2,344万円
出資による権利	11億7,639万円
土地	257万1,194㎡
建物	36万6,019㎡
山林	1,911万6,854㎡
住宅(敷地)	23万6,717㎡
(建物)	7万2,898㎡

【一時借入金】 32億円

会計名		収 入		支 出	
		予算現額	調定額	予算現額	契約済額
水道事業	収益的収支	20億7,773万円	20億5,145万円	21億4,852万円	21億458万円
	資本的収支	8億8,133万円	5億9,413万円	17億5,650万円	16億9,648万円
公共下水道事業	収益的収支	31億2,576万円	31億5,274万円	31億2,464万円	30億6,373万円
	資本的収支	85億9,512万円	74億6,020万円	91億7,281万円	90億4,381万円
産院事業	収益的収支	2億7,555万円	2億5,084万円	2億7,555万円	2億4,530万円
	資本的収支	0万円	0万円	60万円	30万円
農業集落排水事業	収益的収支	6億3,109万円	6億3,404万円	8億3,714万円	8億3,024万円
	資本的収支	7億4,051万円	7億2,268万円	8億1,528万円	7億9,052万円

調定額 収入すべきものとして予定している額  
 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  
 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

### 【地方債現在高】

公営企業会計 729億5,582万円



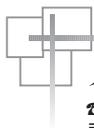
## 「上田市・丸子町・真田町・武石村合併協議会設置の調印式」が行われました。

上田市、丸子町、真田町に続き、6月1日、武石村において、4市町村による法定合併協議会の設置議案が可決されました。

これを受けて、6月3日、合併協議会の設置に関する協議書に4市町村長が調印し、6月17日に法定合併協議会を設置することになりました。

合併協議会での協議内容については、「協議会だより」等でお知らせしていきます。

## 各施設イベント案内



### メディアランド UEDA

☎ 39・1000 / FAX 39・1010  
〒 386-1211 下之郷 812-1  
URL <http://www.umic.ueda.nagano.jp/>

#### ■DTPソフトを使ってみよう!

##### イラストレーター基本編

日時 7月4日(日)  
10:00～12:00

内容 ポスター、ちらしなどの印刷物やイラスト制作など本格的な文書のレイアウトが出来るDTPソフト、イラストレーター(Illustrator)の入門講座です。

対象 パソコン経験者

定員 16人

料金 2,000円

#### ■自由自在にレイアウト!

##### イラストレーター活用編

日時 7月4日(日)  
13:30～16:30

内容 イラストレーター(Illustrator)で画像を含めた文書レイアウトを行います。

対象 パソコン経験者

定員 16人

料金 2,500円

#### ■CD-R活用講座

日時 7月17日(土)  
13:30～16:30

対象 パソコン経験者

定員 16人

料金 2,000円

#### ■ビデオ上映会 7月の上映作品

日時・内容  
7月3日(土)  
「いばら姫」他5作品

7月10日(土)

「アリババと四十にんの盗賊」他  
5作品

各日とも 13:30 上映開始

料金 入場無料



### Region Plaza 上田創造館

☎ 23・1111 / FAX 24・4100  
〒 386-1102 上田原 1640

URL <http://www.area.ueda.nagano.jp/sozokan/>

#### ■折り紙教室

日時 7月3日(土) 10:00～12:00

内容 セタかざりを折ろう

参加料 一人300円

直接会場へ

#### ■夏の野草と押し花作り

日時 7月10日(土) 9:00～11:00

対象 小中学生とその保護者(24人)

持ち物 ビニール袋、植物図鑑(ある方)

#### ■2004 上小地域の御柱祭フォト展

日程 6月29日(火)～7月9日(金)

内容 この春、各地で行なわれた7年に一度の「御柱祭」の素敵な作品を展示

#### ■星空コンサート2004

##### 白柳淳クラシックギターの夕べ

日程 7月9日(金) 19:00～

(開場 18:30)

曲目 禁じられた遊び・アルハンブラの思い出..他

入場料 1,000円

定員 120人

★チケットのお求めは当館で

#### ■パソコン教室

上田創造館では、キーボードの操作やマウスの使い方、電子メールの送り方といったパソコンの基本的な操作から、Word、Excel等のソフトの応用まで幅広くパソコン教室を開催しています。詳しくは、創造館へお問い合わせください。



### 信濃国分寺資料館

☎ / FAX 27・8706  
〒 386-0016 国分 1125

#### ■平成16年度 市民講座受講生募集

##### 日程・内容

第1回 7月11日(日)

櫻井松夫さん

(上田市誌編さん副委員長)

「牛頭天王の信仰と祭文」

第2回 9月12日(日)

山浦哲雄さん(東信史学会会長)

「道教からみた古代の飛鳥文化」

第3回 9月26日(日)

原田和彦さん(真田宝物館学芸員)

「平安時代の国分寺について」

第4回 10月10日(日)

桐原健さん(長野県考古学会会長)

「上田・小県地方の古代の仏教文化」

第5回 10月24日(日)

坂詰秀一さん(立正大学前学長)

「信濃国分寺跡調査の回想」

時間 13:30～15:30

会場 信濃国分寺資料館講堂

定員 50人

受講料 1,000円

申込み 6月21日(月)から電話で信濃国分寺資料館へ

## イベント

## ～地元学のすすめ「うえだの底力の発見」のお知らせ～

中央公民館 ☎ 22・0760

日時 7月2日(金) 19:00～21:00

会場 中央公民館 第一会議室

内容 「上田市の台所」(市の財政事情を知る)

講師 武井繁樹

(上田市財政課長)

山口忠久さん

(上田市公民館運営審議会長)

受講料 100円

申込み 中央公民館へ(当日参加可)

## 史跡めぐり

## 「埼玉西部・入間地方」

博物館 ☎ 22・1274

日時 7月4日(日) 7:30

上田駅温泉口出発

見学先 埼玉県西部、古代に高麗よりの帰化人が集住したという高麗川周辺の史跡を中心に訪れます。

・高麗神社(日高市)

・高麗家住宅(同・重文)

・慈光寺(都幾川村・国宝のほか重文多数)ほか

定員 80人

参加料 5,000円

申込み 参加料を添えて博物館へ

その他 昼食を持参してください。

## 講演会

## ～よりよい介護保険をめざして～

上田地域広域連合事務局介護保険課 ☎ 23・0297

日時 7月10日(土) 12:45～15:15

場所 丸子町文化会館

内容

①基調講演「痴ほうの理解と援助」

・講師 杉山孝博さん

(神奈川県川崎幸クリニック院長)

②パネルディスカッション

「痴ほう高齢者を地域でどう支えるか」

・コーディネーター

深瀬文啓さん

(長野大学社会福祉学部講師)

・助言者 杉山孝博さん

・パネリスト

サービス提供者、介護支援専門員、

家族、行政それぞれの立場の方

入場料 無料

その他 当日は、託児と手話通訳があります。託児を希望される方は、7月2日(金)までにお申し込みください。

## 平成16年度 家庭介護教室

国立病院機構

長野病院継続看護委員会

☎ 22・1890 FAX24・6603

日程 6月23日(水)、9月22日(水)、  
11月24日(水)、1月26日(水)、  
2月23日(水)

内容 「介助者が楽に出来る移動の仕方」「洗髪」「清拭」「食事のお世話」「家庭で出来る救急法」

参加費 無料

問合せ 長野病院継続看護委員会へ

## 介護者家族の会「なのはな」

高齢者介護課 ☎ 23・5140

日時 7月5日(月) 13:00～15:30

会場 中央公民館第二会議室

内容 ・高齢者の口腔ケアの方法  
・血圧測定、健康相談  
・交流会

申込み・問合せ 高齢者介護課へ

## 教科書展示会のお知らせ

子ども教育課 ☎ 23・5100

日時 6月28日(月)～7月15日(木)  
9:00～17:00会場 小県上田教育会館内  
「上小教科書センター」(上田市大手2-7-13)

内容 上小地区の小・中学校で現在子ども達が使っている教科書と小・中・高校用の検定済み教科書を展示。

## 募 集

## 第二回「まちなみ住宅」百選住宅事例の募集

都市計画課 ☎ 23・5127

住宅月間中央イベント実行委員会では「まちなみ」に配慮した既成市街地の一戸建ての新築・建替え及びリフ

ォーム、複数戸からなる一戸建て住宅開発や集合住宅の優れた事例を募ります。優秀な事例には「まちなみ住宅」百選として表彰し、全国へ紹介します。

応募締切 7月9日(金)

応募資格 個人・団体を問いません。

応募用紙 都市計画課へ

## 地域の景観づくりを支える「長野県景観サポーター」に登録を

都市計画課 ☎ 23・5127

活動内容 ボランティアとして景観について提案したり、県が開催する研修会などに参加します。

募集人員 上田市内で40人程度

募集期間 6月30日まで(人員が集まった場合途中で締め切ります。)

登録期間 2年間(平成16年7月1日から平成18年6月30日まで)

応募資格 県内に在住する満20歳以上で、活動に参加できる方(再応募も可)

応募方法 所定の申込用紙に記入して上小地方事務所建築課又は市都市計画課景観係に提出してください。

問合せ 上小地方事務所建築課

☎ 25・7142

## 市民農園利用者募集

農林課 ☎ 23・5122

ところ 常磐城3地区(高齢者センターそば)5区画程度  
(申込み多数の場合は抽選)

利用料 1区画(約30坪≒100㎡)年間5,000円

締切 6月30日(水)

その他 他地区にも若干の空き区画があります。お問い合わせください。

## 「交通災害共済」会員募集中

生活環境課 ☎ 23・5120

6月1日から今年度の会員期間が始まりました。加入の手続きはお済みですか！

会員期間 掛金納付の翌日から平成17年5月31日まで

会費 年会費は1人500円

加入方法 生活環境課又は豊殿・塩田・川西各支所で随時受付中。

詳しくは、生活環境課へ

募 集

貴重な植物はありませんか

農業バイオセンター  
☎ 38・3508 FAX38・1717

農業バイオセンターでは市内にある貴重と思われる植物を保存・活用したいと考えています。家の取壊しや移転、無人化等で無くなってしまふ恐れのある植物がありましたらお知らせください。

講座・教室

障害者パソコン講座

上田地域身体障害者自立生活支援センター  
☎ 28・5522 FAX28・5520

会場 ふれあい福祉センター 2階  
対象 上小地域の肢体・聴覚障害者の方  
定員 ①、②とも 15人 (先着順)

①インターネット講座  
日時 6月28日～7月1日(全4回)  
13:30～15:30

参加料 1,000円 (テキスト代)

②エクセル講座 (中級)  
日時 7月7日～8月11日  
毎週水曜日 (全6回)  
19:00～21:00

参加料 800円 (テキスト代)

「さき織り教室」参加者募集

廃棄物対策課 ☎ 22・0666

手持ちの着古した着物などを裂いて織物を楽しみましょう。織り機がなくても参加できます。

日時  
・初回：6月29日(火) 10:00～12:00  
(織り機の使い方や材料の説明会)  
・第2回：7月1日(火)～16日(金)の希望日 (10:00～15:00)

定員 18人  
持ち物 手持ちの着物など裂ける古着、裁縫道具、弁当  
参加費 100円  
材料費 縦糸代500円

スポーツ教室受講者募集

体育課 ☎ 23・5105

対象 市内在住・在勤の方(学生除く)

受付 6月21日(月)～7月23日(金)  
(ナイターテニスは7月12日まで)

申込み 参加料を添えて体育課へ  
■女性ゴルフ教室 (秋期)

日時 8月3日～10月5日  
毎週火曜日 (全10回)  
9:30～11:30

会場 グリーンヒル神畑  
定員 30人  
参加料 4,000円

■弓道教室 (後期)  
日時 8月3日～10月19日  
毎週火曜日 (全12回)

① 10:00～11:30  
② 18:30～19:30

会場 市営弓道場  
定員 30人  
参加料 3,000円

■ナイターテニス教室 (後期)  
日時 7月24日～9月18日  
毎週土曜日 (全8回)  
19:00～21:00

会場 古戦場テニスコート  
定員 45人  
参加料 6,000円

子育てサポーターになってみませんか

子ども教育課 ☎ 23・5101

今年度未就園の親子が集う場において、子育てについて一緒に考えたり、子育てのアドバイスを行なう等の活動をしてくださる『子育てサポーター』の募集をしています。

養成講座 (①～③は、上田女子短大と共催)

日 程	内 容
① 7/ 8 (木)	今、なぜ子育て支援が必要なのか
② 7/20 (火)	子育ての相談とは…
③ 7/29 (木)	親子が楽しめる遊び作り
④ 8/ 6 (金)	親子とかがわっていくために
⑤ 8/中下旬	実践とグループワーク

時間 10:30～12:00  
会場 上田女子短期大学ほか  
申込み・問合せ 6月30日(火)までに電話で子ども教育課へ

仕事の探し方講座

ハローワーク上田 ☎ 23・8609  
市民プラザ・ゆう ☎ 27・2988

日時 7月8日(木) 10:30～15:30  
(受付 10:15～)

場所 市民プラザ・ゆう  
内容 就職活動のコツがぎゅぎゅ詰まった講座です。どなたでも参加できます

申込み ハローワーク上田又は市民プラザ・ゆうへ (先着順)

その他 託児希望 (2歳～) の方は申込みの際にその旨お伝えください。

お知らせ

「学校へ行こう週間」を実施します

子ども教育課 ☎ 23・5101

市内の小中学校では保護者や地域の方々に気軽に学校を訪れ、教育活動を見てもらい、感想意見などをいただくため「学校へ行こう週間」を行っています。詳しくは、各学校へお問い合わせください。

学校名	実施日	電話番号
清明小	10/18(月)～10/22(金)	22-0804
東小	10/4(月)～10/8(金)	22-0105
西小	6/22(火)～6/29(火)	22-0419
北小	各参観日	23-1621
城下小	6/28(月)～7/2(金)	23-0708
塩尻小	6/22(火)～6/25(金)	22-1904
川辺小	6/28(月)～7/2(金)	22-5008
神川小	6/21(月)～6/25(金)	22-5302
神科小	6/21(月)～6/25(金)	22-0652
豊殿小	6/21(月)～6/25(金)	22-4004
東塩田小	各参観日	38-2717
中塩田小	11/8(月)～11/10(水)	38-2515
塩田西小	各学校開放日	38-0900
浦里小	6/23(火)～6/25(金)	31-2001
川西小	6/28(月)～7/2(金)	31-2014
南小	6/21(月)～6/25(金)	25-3721
一中	9/21(火)～9/25(土)	21-2680
二中	6/16(水)～6/30(水)	22-0103
三中	6/20(日)～6/25(金)	22-1622
四中	6/21(月)～6/25(金)	22-2753
五中	5月から2月までの毎月第3週目	22-3076
塩田中	7/5(月)～7/9(金)他年8回	38-2501
六中	通年で実施	22-5013

自衛官等採用説明会のお知らせ

自衛隊上田募集事務所 ☎ 22・5267

内容・日時  
・自衛隊全般、自衛官募集について  
7月19日(月) 12:30～14:00  
・防衛大学校、防衛医科大学校について  
8月8日(日) 12:30～14:00

会場 上田消費生活センター (上田合同庁舎隣)

その他 受講希望者、先生、保護者等どなたでもご参加ください。

## 大規模小売店舗の変更に係る説明会

商工課 ☎ 23・5395

日時 6月25日(金) 14:00～  
会場 上常田公会堂(常田2-24-20)  
店舗の概要

- ・名称 ジャスコ上田店
- ・所在地 常田2-930-1ほか
- ・設置者 昭栄(株)

### 変更の概要

	駐車場A(別敷地)の利用時間	駐車場出入口の数の位置の変更
変更前	24時間	5ヶ所
変更後	8:30～23:30	6ヶ所

## いよいよプールの季節！ 市民プールオープンします

期間 7月1日(木)～8月31日(火)

■上田公園プール ☎ 24・9814

時間 9:00～12:00、13:00～16:30

利用料 大人 120円/中学生以下60円/未就学児童 無料

■自然運動公園プール ☎ 38・6200

時間 9:00～12:00、13:00～16:00

利用料 大人 280円/中学生以下130円/未就学児童 無料

■上田公園・城下・材木町ちびっこプール

☎ 22・8699(市民体育館)

時間 9:00～16:00

利用料 無料

## 車上ねらいにご注意！

生活環境課 ☎ 23・5120

上田市全域で車上ねらい被害が多発しています。車上ねらい事犯の引き金となりやすいのは、車内に放置してあるバック類です。車内には何も置かないようにしましょう。

### 車上ねらい被害防止のポイント

- キャッシュカードの暗証番号には、生年月日を使用しない。
- 常に下見をされているとの警戒心を持つ。
- 車内には、現金・バック等の貴重品は置かない。
- ドアロックを確実にこなう。
- 不審者(車)を発見した場合は、完全なナンバーチェックと110番

## 工事成績の評定結果公表

会計課 ☎ 22・4100 内線 1321,1322

市では、工事検査をおこなった、請負

金額200万円以上の建設工事について工事成績の評定結果を公表しています。

なお、公表は、財政部管財課内(南庁舎3階)での閲覧となります。

(市のホームページ(会計課)には、上田市建設工事検査要綱、上田市工事成績評定要領、工事成績評定書等を掲載しています。)

## ペットは愛情を持って飼いましょう

上田保健所 ☎ 25・7153

生活環境課 ☎ 23・5120

6月は動物の正しい飼い方普及月間です。人が動物とともに快適な生活を送るため、動物愛護について考えてみませんか？

### ■犬を飼うときはこんな点に注意

生まれて91日以上の子犬は、法律で定められた生涯1回の登録と毎年1回の狂犬病予防注射を必ず受けましょう。

散歩中などの「犬のふん」は責任を持って持ち帰りましょう。

(「上田市ポイ捨ての防止等に関する条例」により、飼い犬のふんの不適正処理には罰則があります。)

飼い犬が死んだり、飼っている場所や飼い主の名前・住所が変わった場合には、忘れずに生活環境課へ届け出をしてください。

## ■車に乗ったらまずシートベルト！

生活環境課 ☎ 23・5120

本年4月に行われた県下一斉のシートベルト着用率調査の結果、上田市の着用率は80.7パーセントで、117市町村中ワースト2位とたいへん不名誉な結果となってしまいました。

シートベルトは、交通事故発生時における負傷を軽減するほか、正しい運転姿勢を保ち、安全運転につながります。シートベルトを着用していなかったばかりに、尊い命が失われた事例が多数あるように、車に乗る人にとってシートベルトは正に命綱です。シートベルトを着用することは運転者としての義務であることはもちろん、交通マナーの原点でもあります。ドライバーの正しいマナーが悲惨な交通事故を防ぎます。車にのったら、運転者も同乗者もまずシートベルト

を「カチッ」と着用しましょう。

## 道路に近接する民有地の樹木の倒木に気をつけましょう

管理課 ☎ 23・5125

台風や豪雨などで、道路に近接する民有地にある樹木が道路に倒れ込み、通行車両に損傷を与えるという事故がおきています。

国や県、市でも道路パトロールにより、こうした事象の発見と予防に心がけていますが、民有地にある樹木については所有者が適切に管理していただくことが必要です。支障がありそうな木については伐採するなど皆さんのご協力をお願いします。

### ■問合せ

・国道18号は、長野国道事務所

上田出張所 ☎ 22・2737へ

・その他国・県道は、上田建設事務所管理計画課 ☎ 25・7164へ

・市道は、市管理課 ☎ 23・5125へ

## 介護サービスの利用者負担を軽減します

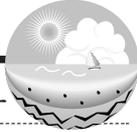
高齢者介護課 ☎ 23・6246

市では、所得の少ない人も安心して介護サービスを利用できるよう、一部の介護サービスについて通常10%の利用者負担を下表のとおり軽減しています。市税及び介護保険料に滞納がなく、本年7月1日以降に利用する、介護サービスの利用者負担の軽減を希望される方は、印鑑をお持ちのうえ7月9日(金)までに高齢者介護課へ申請してください。

### 介護サービスの利用者負担軽減

対象者	生計中心者の方が所得税非課税で…		市町村民税非課税世帯の方
	平成11年度中に訪問介護を利用した方	65歳前障害者ホームヘルプサービスを利用していた方	
軽減割合	自己負担を6%に軽減	自己負担を3%に軽減	自己負担を7%に軽減
軽減対象サービス	訪問介護		訪問介護、訪問入浴介護、通所介護、訪問看護、短期入所生活介護、訪問リハビリテーション、通所リハビリテーション、短期入所療養介護

# 7月の相談コーナー



## ◆法律相談 (予約制)

7月 9日(金) 13:00～16:00  
 7月 23日(金) 13:00～16:00  
 市役所内生活環境課 ☎ 23-5120

## ◆土地建物等の法律相談 (登記・境界・鑑定等)

7月 8日(木) 13:00～16:00  
 市役所内生活環境課 ☎ 23-5120

## ◆市民相談・交通事故相談・女性相談

毎週月～金曜日 9:00～16:00  
 市役所内生活環境課 ☎ 23-5120

## ◆児童相談

毎週月～金曜日 9:00～16:00  
 福祉会館内児童保育課 ☎ 23-2000

## ◆母子相談

毎週月～金曜日 9:00～16:00  
 福祉会館内児童保育課 ☎ 23-5132

## ◆人権・悩みごと相談

7月 1日(木) 13:00～16:00  
 市役所内人権同和対策課 ☎ 23-5393

## ◆農地問題相談

毎週月～金曜日 8:30～17:00  
 市役所内農業委員会 ☎ 23-5466

## ◆ひきこもり相談

7月 5日(月) 13:30～15:30  
 7月 26日(月) 13:30～15:30  
 市役所内健康推進課 ☎ 23-8244

## ◆こころの相談

7月 14日(水) 9:30～11:30  
 7月 28日(水) 9:30～11:30  
 市役所内健康推進課 ☎ 23-8244

## ◆「痴ほう」の相談

7月 21日(水) 13:10～  
 市役所内高齢者介護課 ☎ 23-5140

## ◆介護なんでも相談

7月 14日(水) 9:00～17:00  
 市役所内高齢者介護課 ☎ 23-5140

## ◆行政相談

7月 12日(月) 10:00～15:00  
 長野行政評価事務所 ☎ 026-235-1100

## ◆心配ごと相談

毎週月～金曜日 9:00～16:00  
 社会福祉協議会 ☎ 27-8080

## ◆法律相談 (予約制)

7月 17日(土) 10:00～12:00  
 社会福祉協議会 ☎ 27-8080

## ◆児童相談

毎週土曜日 13:30～15:30  
 社会福祉協議会 ☎ 27-8080

## ◆結婚相談

毎週水曜日 10:00～15:00  
 7月 10日(土) 10:00～12:00  
 社会福祉協議会 ☎ 22-3082

## ◆法律相談 (予約制)

7月 21日(水) 10:30～12:00  
 上田商工会議所 ☎ 22-4500

## ◆保険・年金相談

受付 毎週月～金曜日 9:00～11:30、13:00～15:30  
 上田年金相談室 (上田駅前ビルバレイオ 4階)

## ◆融資・経営改善特別相談

7月 20日(火) 10:00～16:00  
 上田商工会議所 ☎ 22-4500

## ◆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)  
 ☎ 26-8011

## ◆保育・子育て相談 (電話相談)

毎週月～金曜日 9:00～16:00 (面接相談は月・火)  
 子育て支援センター南部保育園内相談室 ☎ 26-3096  
 塩田中央保育園内相談室 ☎ 38-7120

## ◆信用保証協会特別相談

7月 22日(木) 17:15～20:00  
 長野県信用保証協会上田支店 ☎ 22-5914

## ◆女性法律相談 (要予約)

7月 22日(木) 10:00～12:00  
 市民プラザ・ゆう ☎ 27-3123

## ◆女性総合相談

毎週月～金曜日 9:00～21:00  
 毎週土曜日 9:00～17:00  
 市民プラザ・ゆう ☎ 27-3123

## ◆女性総合相談 (専任相談員)

(土曜日は要予約)  
 毎週火・木曜日 14:00～17:00  
 7月 10日(土) 10:00～17:00、7月 24日(土) 10:00～17:00  
 市民プラザ・ゆう ☎ 27-3123

# 市民と市長の日

母袋市長が市政に対する皆様のご意見を直接お聴きし、「生活者起点」の市政運営の参考にさせていただく「市民と市長の日」を開催します。参加を希望される方はお申し込みください。

- 日 時 7月 29日(木) 10:00～12:00
- 場 所 市長室 (市役所本庁舎 3階)
- 対 象 市内在住か在勤の方 (グループでも可)
- 募集人数 5人 (組)
- 懇談時間 1人 (組) につき 20分程度
- 申 込 み はがき・FAX・Eメールのいずれかに必要事項を記入し、7月 8日(木)まで〔必着〕に申し込んでください。
- 記入事項 ①住所②氏名③年齢④職業⑤電話番号⑥話したい内容 (市政に関すること) を記入してください。
- 申込先  
 [はがき] 〒 386-8601 上田市役所秘書課内「市民と市長の日」係  
 [FAX] FAX 23-5111 上田市役所秘書課内「市民と市長の日」係  
 [Eメール] アドレス hishoka@city.ueda.nagano.jp  
 (件名を「市民と市長の日申込み」としてください)
- 問合せ 秘書課 ☎ 22-4100 内線 1112

## 高齢者虐待相談窓口のお知らせ

高齢者虐待についての相談窓口を、上田市基幹介護支援センター(高齢者介護課)内に設置いたしました。ご相談、情報提供等がありましたら、ご連絡ください。

連絡先 ☎ 23-5140

## 高齢者・障害者のための法律・福祉無料相談会

長野県司法書士会 ☎ 026-232-7492

福祉・法律の専門家が介護保険利用、年金問題、金銭や財産管理、遺言、相続、サラ金、訪問販売のことなどについて電話・来所によるご相談をお受けします。

- ◆日 時 7月 10日(土) 10:00～15:00
- ◆会 場 ふれあい福祉センター (上田市中央 3-5-1)
- ◆電話相談 ☎ 29-9009 (当日限りの番号です)
- ◆相 談 料 無料
- ◆問 合 せ 長野県司法書士会へ

## ☆不用品交換情報☆

不用になったもの、ほしい物がありましたら、エコハウス(クリーンセンター敷地内) ☎ 23-5144へ 受付時間 10時～16時

### お持ちください

マチャイルドシート(2か月～3歳) マベビー用ふとん  
 ベビーベッド マ扇風機 マ除湿機 マ電気オーブン マ家具  
 調こたつ マ炊飯器(5合) マステレオラジカセ(三洋) マ  
 パソコンプリンター マ冷蔵庫(2リットル) マ洗濯機(二槽  
 式) マガストープ(ラロパンガス用) マ二段ベッド マ丸  
 バイクいす マルムランナー マピアノ(ヤマハ) マ電気  
 オルガン

### お持ちください

マベビー用おまる マ布おむつ マテレビ(21型・ゲームがで  
 きるもの) マ冷蔵庫(大型) マ子ども用自転車(女児・4歳  
 ～5歳用) マバイク(50ccまたは70cc) マ自転車(大人用)  
 マ介護ベッド マ会議用机(幅60cm・中折り式) マサイドボ  
 ード マ野球グローブ(小学生・左利き用) マ剣道具一式(中学  
 生用) マ臼・杵(餅つき用) マはげ掛け足 マ電話機(F A  
 X付き) マ車いす マ電動ミシン(工業用) マ工業用ミシン  
 マギター マ大正琴(琴伝流)

## 予防接種のご案内

	風しん予防接種（個別接種）【前期】	三種混合1期初回予防接種(個別接種)【前期】
対象者	上田市に住民票がある人、又は外国人登録をしている人。	
	平成14年10月1日～平成15年3月31日 生まれのお子さん（6月中旬に通知送付）	平成15年10月1日～平成16年3月31日 生まれのお子さん（6月下旬に通知送付）
	平成14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ヶ月未満）	平成15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ヶ月未満）
実施期間 <small>（医療機関により 休診日が異 なります）</small>	平成16年7月1日(木)～8月31日(火)	平成16年7月1日(木)～9月30日(木)
実施場所	委託医療機関（個人通知、又は平成16年度保健ごよみ・ホームページをご覧ください）	
接種回数	1回	3～8週間の間隔で3回接種
接種料金	無料	
持ち物	通知（①の対象者のみ）、母子健康手帳、体温計、予診票（赤ちゃん手帳の中に入っていますので体温 以外は記入してお持ちください。）	
注意事項	①予防接種を受ける前に赤ちゃん手帳の予防接種の説明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体温は接種の直前に測りますので、お手数でも体温計を持参してください。	
	④生ワクチン（ポリオ、おたふくかぜ等）接種後は4週間以上、不活化ワクチン（三種混合等）接種 後は1週間以上経過してから受けてください。	

## 子宮がん検診のご案内

食生活の欧米化などに伴い、子宮がんが増えています。子宮がんは早期発見されやすく、早期子宮がんの80%が検診で見つかっています。また、無症状の時期に見つかればほとんどが治るといわれています。ぜひ、この機会に検診をお受けください。なお、平成15年度は受診者2,204人のうち、子宮がんの方が1人、子宮筋腫やポリープなどがん以外の病気の方が11人見つかりました。もし気になる症状のある方は検診としてでなく、症状を伝えながら受診されることをお勧めします。

対象者	上田市民で今年度30歳以上になる女性。年度内に、お一人につき1回受けられます。		
料金		頸部のみ	頸部+体部*1
	今年度30～39歳、41～69歳の方	1,000円	2,100円
	今年度40歳および70歳以上の方	無料	
	老人保健法の医療受給者証をお持ちの方		
	生活保護世帯の方、市県民税非課税世帯の方*2	無料（ただし、医療機関に無料券の提示が必要ですので、受診前に健康推進課へ申請をしてください。）	
実施医療機関 <small>（50音順）</small>	安藤病院…………… ☎ 22-2580 上田市産院…………… ☎ 22-1573 上田原L&Mクリニック… ☎ 26-3511 共立産婦人科医院…………… ☎ 22-8480	角田産婦人科内科医院…………… ☎ 27-7760 長岡産婦人科医院…………… ☎ 22-4370 三浦産婦人科…………… ☎ 22-0350	
*申込みをされている方への案内 はがき郵送時期	4・5・6・7月生まれの方…………… 6月中旬		
	8・9・10・11月生まれの方…………… 7月中旬		
	12・1・2・3月生まれの方…………… 8月中旬		

\*1 体部がん検診は、頸部がん検診時に医師が必要と判断した方が対象です。

\*2 市県民税非課税世帯の方とは、ご本人のみでなく同一世帯の方全員が市県民税非課税である場合をいいます。

## ▶ 歯周疾患検診のご案内

今年度 40 歳・50 歳になられる方を対象に歯周疾患検診を実施しています。

心臓病や糖尿病、脳梗塞など生活習慣病とも関連する歯周病は、症状が乏しく症状が出てくる頃にはかなり進行していることがあります。自覚症状が出る前から歯周疾患検診を上手に活用し、健康な口腔づくりに努めましょう。

対象者	今年度 40 歳になられる方	今年度 50 歳になられる方
料金	無料 (40 歳健診無料受診証をお持ちください)	500 円 (歯周疾患検診受診証をお持ちください)
検査内容	問診、口腔内検査 (歯・歯周組織・口腔清掃状況など)、保健指導など	
受診方法	事前に市内指定歯科医院*1 に予約し、健康保険証と① 40 歳の方は「40 歳健診無料受診証*2」② 50 歳の方は「歯周疾患検診受診証*3」を持ってお出かけください	
実施場所	市内指定歯科医院	
実施期間	平成 17 年 2 月末日まで	

\*1 市内指定歯科医院…対象の方には既に下記のとおり、市内指定歯科医院をお知らせしております。

\*2 40 歳健診無料受診証…平成 16 年 3 月頃各地区の保健補導員が訪問し、健診の御案内とともにお渡ししたピンク色でハガキサイズの用紙です。

\*3 歯周疾患検診受診証…6 月初め頃、今年度 50 歳になられる対象者の方に送付したハガキです。

ご不明な点は健康推進課へ

## ● 私・我が家・我がまち の健康づくり大募集! ●

日ごろ皆さんが実践している健康づくりについて「楽しい」「これはいいよ」と思うことをご紹介ください。学ばせていただいた健康づくりを市民の皆さんにお知らせし、健康づくりに役立てていただきます。  
(上田市ホームページもご覧ください)

詳しくは取材させていただきますので①氏名、②連絡先、③健康づくりの簡単な内容を健康推進課

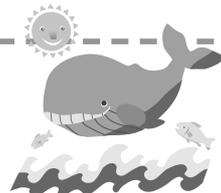
☎ 23・8244 FAX 23・5119 または  
メールアドレス kenkosuisin@city.ueda.nagano.jp へ。  
自薦・他薦は問いません。



毎月 21 日は市民健康づくりの日



## 7月の乳幼児健康診査・教室



### ●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 か月児健診	7 月 14 日(水)	16. 2.16 ~ 29
	7 月 30 日(金)	16. 3. 1 ~ 15
1 歳 6 か月児健診	7 月 7 日(水)	14.12.16 ~ 31
	7 月 21 日(水)	15. 1. 1 ~ 15
2 歳児教室	7 月 2 日(金)	14. 4. 1 ~ 15
	7 月 29 日(木)	14. 4.16 ~ 30
3 歳児健診	7 月 6 日(火)	13. 6. 1 ~ 15
	7 月 16 日(金)	13. 6.16 ~ 30

### ●川西社会福祉センター (塩田・川西地区の方のみ)

4 か月児健診	7 月 27 日(火)	16.2.16 ~ 3.15
---------	-------------	----------------

### ●塩田母子健康センター (塩田・川西地区の方のみ)

1 歳 6 か月児健診	7 月 13 日(火)	14.11.16 ~ 15.1.15
-------------	-------------	--------------------

\*塩田・川西地区の 2 歳児教室・3 歳児健診は、8 月に行います。

### ●市内委託医療機関 (完全予約制)

10 か月児健診	7 月 1 日 ~ 31 日	15.8.16 ~ 9.15
----------	----------------	----------------

\*対象者には個別に通知します。詳しくは、健康推進課へ。

①乳幼児健康診査 受付時間 / 12:30 ~ 13:45  
開始時刻 / 13:00 ~

②2 歳児教室 受付時間 / 12:30 ~ 13:15  
開始時刻 / 13:15 ~

\*①、②とも 12 時 30 分からの受付となります。

#### ▶ 持ち物

①、②とも保健ごよみ又は赤ちゃん手帳をご覧ください。

#### ▶ 問合せ 健康推進課 ☎ 23-8244

健診はできるだけ体調のよい時にお受けください。  
人にうつす心配のある病気の場合は、ご遠慮ください。  
後日の健診でお受けください。

### 「歯がはえたら教室」にお出かけください

【対象 / 歯が 4 本はえてきたお子さん】

日 程 7 月 7 日(水)・14 日(水)・21 日(水)  
10:00 ~ 11:00 (受付 9:50 ~ 10:00)

会 場 上田市保健センター (市役所南庁舎 2 階)

内 容 むし歯予防の話、歯みがきの実習、個別相談

持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ、コップ、タオル、バスタオル

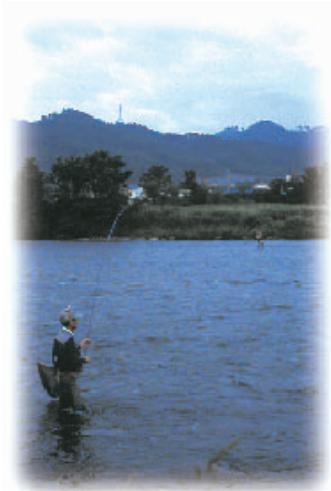
\*参加希望の方は、事前に健康推進課へご連絡ください。

# 夏至

(げし)

六月二十一日

最も日が長い日。



【二十四節気】

節分を基準に、一年を二十四等分して約十五日ごとに分けた季節で、冬至から約十五日ごとに節気(せつき)と中期(中期)が交互にある。日付は年によってずれる。



- 上田市役所 / TEL 0268-22-4100 FAX 0268-25-4100
    - 市政提言電話 / TEL 0268-25-2539
    - 市政提言 FAX / FAX 0268-23-5111
  - 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)

うへだ

No.1393

2004年6月16日発行(毎月2回/1日・16日発行)

発行/上田市(〒386-8601 長野県上田市大手1-11-16) 編集/秘書課(TEL 0268-22-4100 FAX 0268-23-5111)