

四  
公  
報

# うえだ

平成16年/2004  
No. 1392  
6.1



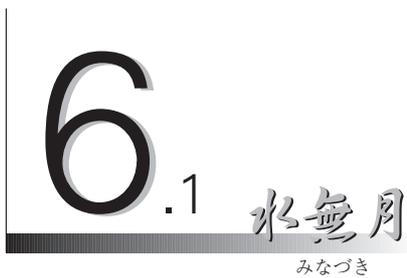
## CONTENTS 主な内容

- 特集・支え合いながら生きるということ… P. 4
- 別所線費用対効果分析結果…………… P. 8
- 「燃やせないごみ」は市指定袋へ…………… P.10
- お知らせ…………… P.15
- 保健ガイド…………… P.22



### 表紙の風景

新緑の季節。太陽の光に若葉が輝きます。5月15日(土)、東山市有林の森林整備ボランティアとして、地域や企業の皆さんがアカマツ林の手入れをしました。表紙のお二人は、佐藤祐子さんと息子の和弥くんです。この日は、お父さんの篤さんと三人で参加しました。和弥くんは、小さな手でのごぎりを使ったり、鳥の巣箱かけを体験したり、とても楽しい一日を過ごしたようです。



**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)

### 上田市のデータ (5月1日現在)

	人口	121,826人 (+168)
	男	59,823人 (+110)
	女	62,003人 (+58)
	世帯数	46,319戸 (+181)
	外国人登録者数	4,790人 (-31)
	男	2,391人 (-5)
	女	2,399人 (-26)

※ ( )内は前月比

## 6月8日～22日 行事・イベントカレンダー

8(火)	
9(水)	
10(木)	無料民事介入暴力一日相談所 (13:00～15:00 / 上田警察署)
11(金)	上田創造館陶磁展 (～22日) ▶ p.16 インターネット活用講座 (13:30～16:30 / メディアランドUEDA)
12(土)	水田や小川のプランクトンを顕微鏡で調べよう (9:30～11:00 / 創造館) 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) 昔ばなし語りの会 ▶ p.16 ビデオ上映会「マッチウりの少女」 ▶ p.16
13(日)	ホームページ作成セミナー (10:00～16:00 / メディアランドUEDA)
14(月)	市営住宅入居者募集〔～18日〕 (8:30～17:15 / 市役所本庁舎4階建築住宅課) 暮らしの中の悩みごと相談所 ▶ p.17
15(火)	「真田太平記」の舞台を歩くバスツアー ▶ p.19
16(水)	温泉と体操を楽しむ会 (10:00～11:30 / 別所温泉相染園) 歯がはえたら教室 (10:00～11:00 / 市役所南庁舎2階保健センター)
17(木)	塩田の食と土にふれあう講座 (9:30～12:00 / 問合せ:塩田公民館 ☎ 38・6883)
18(金)	母と子の集い ▶ p.18
19(土)	夏の星座さがしと神話 ▶ p.16 ウィークエンドリサイクル (10:00～12:00 / やおふく古里店・Aコープコア塩田店) 粗大ごみ回収 (10:00～12:00 / 塩田支所駐車場) 上田文芸祭 (～21日) ▶ p.19 ビデオ上映会「長ぐつをはいたねこ」 ▶ p.16 長野大学市民セミナー ▶ p.16 倉沢信子インディアンハープの世界 ▶ p.16
20(日)	犬の登録と狂犬病予防注射 ▶ p.17 パソコン相談室 ▶ p.16 影絵ワークショップ ▶ p.16
21(月)	
22(火)	

※各種相談・乳幼児健康診査等については、5月16日号をご覧ください。

5月3日(月)

## お城口ストリートライブイベント

次回(6/12)は大道芸大会



ストリートパフォーマー  
募集中 ▶p.19

「六文銭」の  
メンバー▶



上田駅の広場から小気味よい音楽と歌声が聞こえてきます♪ お城口広場水車前を使って初めて行われたストリートライブイベントです。このイベントは、市内出身者や地域で活動している若者たちの発表の場を作ろうと市民有志が企画。「くをうた」「六文銭」などのバンドやDJが自慢の曲を披露すると、聞いていた観客も体でリズムをとって楽しんでいました。

5月5日(水)

## 第33回 うえだこどもまつり

上田城跡公園で行われた「うえだこどもまつり」。今回のテーマは「さあオリンピックだ!めざせ おらほの金メダル」です。この日のために、1月から高校生や大学生、社会人が一緒に準備してきました。当日は、あいにくの雨模様でしたが、来場した子どもたちは、ボランティアとして参加したお兄さんやお姉さんたちと、楽しく遊んでいました。



5月6日(木)

## 園児の交通安全教室

豊殿保育園で、園児のための交通安全教室が開かれました。この日は交通指導員や県の交通安全教育支援センターの皆さんによる人形劇で、「皆さん、この色の信号の時はどうするんだっけ?道路に飛び出してはいけませんね」と話しかけました。園児のみんなも一生懸命に話を聞いて、うなずいていました。

5月13日(木)

## 稲倉の棚田で高校生田植え体験

さいたま市立大宮北高校の生徒327人が、稲倉の棚田を訪れ、田植え体験をしました。初めて入る泥の感触に歓声をあげながら、一本ずつ植えていきます。田植えの後は地元の皆さんと楽しく交流を深めました。水田を鏡の面のように美しく代かきして苗を用意し、交流会を開いた棚田保全委員会の皆さん、お疲れさまでした。6月9日には所沢市の中学生が田植え体験に訪れます。



# 支え合いながら生きるという事

—木町自治会「ふれあい町づくり」に見る

地域福祉の取り組み—



「体が不自由でごみ出しが大変」「子どもの育て方が分からない」「一人暮らしでさびしい」と感じている人が近所にいませんか？ そんな時「どうしたの？」と気軽に声をかけられるやさしさが地域にあるとしたら、みんなが安心して生活できるのではないのでしょうか。

これからは公的な福祉サービスだけではなく、地域に住む皆さんも自ら参加して、悩んだり困ったりした時は、お互いに思いやりの心をもって支え合うことが大切になってきます。これが「地域福祉」の考え方です。

今回、中心市街地の一角にある木町地区の取り組みを紹介합니다。

「同じ隣近所に住んでいて、ふと思うんです。果たして一人暮らしの人や、子どもから年配の人まで、この町の人は生き生きと暮らしているのかなあ」と。そんなことを考えるようになったという山口忠久さん。今年3月まで4年間自治会長を務める間、「自治会長は、地域の行事をやることも大事だけれども、それでいいのか？もっと、住んでいる地区で安心してだれもが幸せに暮らせるためにはどうしたらいいかを考えなければいけないんじゃないか？」まちなかを回って、いろいろな要望を聞いていくうちに、そういう思いを強く持ち、自治会の皆さんとふれあいの町づくりに取り組んできました。

「木町自治会の中には、さつき会（女性メンバーによる会）、いきいき会（高齢者の会）、クレヨンクラブ

（高齢者の会）、クレヨンクラブ



やまぐち ただひさ  
山口 忠久さん

昨年まで4年間、木町自治会長を務め、安全・安心の福祉の町づくりに取り組む。現在も精力的に活動中。

同じ地域に住むみんなが、生き生きと暮らしているだろうか？

ブ（未就園児と保護者の会）、PTA、木耀会（男性メンバーの会）、中国人就学生などいろいろな集まりや団体があります。それぞれ別々に活動しているのを、もっと交流したらどうか考えました」と話すのは、木町で福祉推進委員を務める春原尚江さん。「最初はこうしたらよいか分からなかったんですが、手始めにさつき会の皆さんにお願いして、高齢者の方が集まる昼食会で、そうめんを作ろうと考えました。敬老会のプレゼントも何にしようかと考え

木町自治会…自治会長・小林裕さん。人口377人、166世帯、外国人登録者30人（5/1現在）。高齢化率28.7%（市内平均21%）。お互いの顔が見える適度なまとまりをもった地区で、地域福祉に取り組んでいる。昨年10月に市の地域福祉モデル自治会になる。ほかに、北天神町、みすず台南、上本郷、長島、千曲町、小泉、新田、豊殿地区自治会連合会でも、モデル自治会として地域福祉活動の研究・実践中。

たんですが、それもさつき会にお願いしました。おぼちゃん連中のパワーで高齢者のためにプレゼントをしようじゃ



すのほら 春原 尚江さん

木町を温かい心がふれ合う町にしたいと考えて活動中。木町の福祉推進委員を務めている。

### 心と心がつながることを大切にしたい

**高** 齢者は支えられるものではなくて、活躍する存在であり、社会参加すべきだと山口さんも春原さんも考えています。そこでサツキの手入れが得意な方にお願いで講習会を開きました。今度は障子張りの講習会を計画しています。

また、月1回の木町通り清掃の日がありますが、こうい

ないか」と。いろいろな世代や集まりの人たちがつながることが大切だというのが春原さんのモットーです。近所では茶飲み話をしながら「さつき会ではこんなことをするんだよ」と、お年寄りなどに情報を伝えたりしています。

### 自

治会内では自治会長、福祉推進委員、民生・児童委員などをつくる「木町福祉を考える委員会」の活動を定期的にを行うようになりました。そこでは、一人暮らしや70歳以上の世帯、自宅療養中の世帯、痴呆の方や緊急時に助けが必要な方の住所を「福祉マップ」に整理して、委員会のメンバーで情報交換をしました。例えば若い夫婦がいても、昼間勤めに出てしまうと日中は高齢者だけになってしまうお宅もマップには入っていません。

自治会内では自治会長、福祉推進委員、民生・児童委員などをつくる「木町福祉を考える委員会」の活動を定期的にを行うようになりました。そこでは、一人暮らしや70歳以上の世帯、自宅療養中の世帯、痴呆の方や緊急時に助けが必要な方の住所を「福祉マップ」に整理して、委員会のメンバーで情報交換をしました。例えば若い夫婦がいても、昼間勤めに出てしまうと日中は高齢者だけになってしまうお宅もマップには入っていません。

### 中

国からの就学生も木町の住民です。ごみの出し方が良くないということ、周囲の人が敬遠したこともありましたが、「これではいけない。同じ木町の住民として迎え入れて、仲良くしよう」と食事会を開催。その会で「さて皆さん、今日の食事会では、お弁当の容器や割りばしなど、いっぱいごみが出ました。みんなで分別してみましよう」ということになり、全員で分別をしました。すると家に帰った就学生たちは、自分のアパートのごみ分別や、木町のごみ拾いまで始めてくれました。互いにあいさつをするようになり、木町の皆さんのために、就学生が餃子教室を開くこともありました。

国からの就学生も木町の住民です。ごみの出し方が良くないということ、周囲の人が敬遠したこともありましたが、「これではいけない。同じ木町の住民として迎え入れて、仲良くしよう」と食事会を開催。その会で「さて皆さん、今日の食事会では、お弁当の容器や割りばしなど、いっぱいごみが出ました。みんなで分別してみましよう」ということになり、全員で分別をしました。すると家に帰った就学生たちは、自分のアパートのごみ分別や、木町のごみ拾いまで始めてくれました。互いにあいさつをするようになり、木町の皆さんのために、就学生が餃子教室を開くこともありました。

### ●生き生きと暮らす

〜サツキの手入れ講習会〜



よこばやし 今朝義さん

長年、趣味で続けてきたサツキの鉢植えはプロ級。花を通した人と人のふれあいの大切さを感じている。

サツキを通して仲間が増えるし、教える私自身はとて張り合いですよ

### サ

ツキの花を趣味で40年ほどやっている横林さんは、自治会から頼まれて、サツキの講習会を開き、花が咲いた後の手入れを指導しました。「枝を切り、花を取り除いて全体の形を整えたり、植え替える方法を教えましたよ」と横林さん。「以前にサツキの鉢植えを譲った方なども参加して、熱心に聞いてくるんです。喜んでもらえるし、教える私自身にとっては、とても張り合いです。花が好きなのは鉢ご



●安心して暮らす  
〜クレヨンクラブの活動〜



なる成 さわ澤 あや彩さん

二人のお子さんの子育て真っ最中。クレヨンクラブ会員。

子育て仲間がいるからとても心強いです

ク レヨンクラブは三年ほ

ど前にできた未就園児とその親が会員のサークルです。会員の成澤彩さんは「以前は、親同士が外で顔を合わせても、あまり話さなかったんですが、会に入ってから子どもたちも親も交流を重ねるうちに仲良くなりました」と話します。お医者さんはどこがいとか、風邪で大変だったとか、話しているとなんとも楽しいそうです。「地域で孤立することがないし、まちの一員になっているなあと感じます。小さな町なので近所やアパート同士でもお互いの子どもの



ことが分かっているので安心感があります。一日中子どもと向き合っていると、息が詰まる時もありますから、そんな時は外で近所の人に遊んでもらっていると、とても気持ち楽になります」。

み

んなが集まる場面を意識的に多くしたこと、参加人数も増えてきたと春原さんは感じています。「参加した人の口コミで『あれはよかった』ということが広がっていくんです。すると今まで参加に消極的だった人まで出てくるようになるんです」。

交

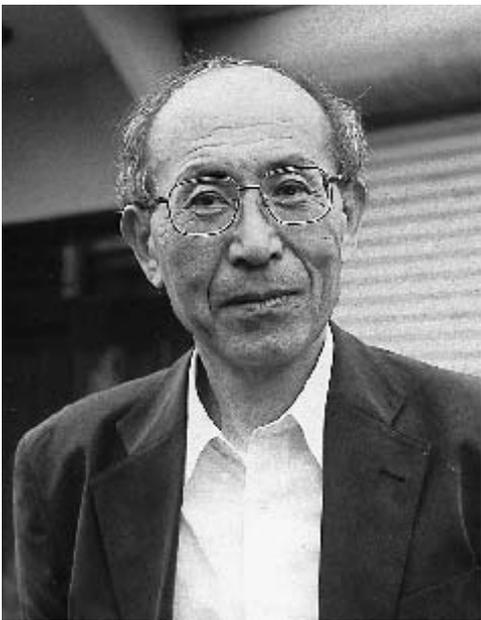
流を通じた人のつながりができるにつれて、木町の雰囲気、和やかになっていけると山口さんは感じています。違った世代・立場の人が顔を合わせることで、今までは知らぬ顔をしていた人同士があいさつを交わした

り、話をしたり、相手を気遣ったりと、今まで心の中にあつた見えない壁が少しずつ取り払われているようです。

課

題もあると小林自治会長は本音を漏らします。「高齢の夫婦で住んでいても、息子や娘がたまに顔を出す世帯の場合、福祉マップでは拾い忘れ、いざという時に地域の中の人も、どこに連絡したらよいか分からない。近所でお互いの様子が分かるくらいになっていたほうがよいでしょうし、福祉マップを漏れなくする必要も感じます。孤立している人、徘徊しがちな

このまちで暮らしてよかつたと思うようにしたい  
木町の取り組みも、ようやく形が見えてきました



こばやし ゆたか 裕さん

今年の木町自治会長。山口さんから引き継いだふれあいの町づくりを進める。

人をどうしたらよいかなども、みんなで考えたいと思っています。プライベートの問題もありますから、どれだけ信頼関係を作れるかがポイントです」というのが正直な感想だそうです。

また、今後こうした活動を続ける仲間や後継者をどうやって育てていくかも大切で、活動を続ける上での「人づくり」も課題だと考えています。



現在は、在宅のままいろいろな公的な福祉サービスが受けられるようになったり、子育て支援も始まっています。心温まる安心して暮らせる地域になるかどうかは、やはりそこに住む皆さんの取り組みがモノをいいます。

人と人のつながりを大切に、同じ地域で生きようという木町の取り組みには、互いを支えようという温かな思いやりと、それを動かそうという人の情熱がありました。他にも熱心に取り組んでいる自治会は多くあります。

次

は、あなたの住む地区で支え合いのまちづくりをする番です。

「市からメッセージ」

考えを聞かせてください。地域福祉計画を、もつと充実したものとするために

◆そもそも地域福祉って？

「地域福祉」というと難しい言葉ですが、要するに市や社会福祉協議会などのサービスだけではなく、地域に住んでいる皆さんも、できる範囲でお互いに声をかけあったり、集まったりして支え合い、安心して心豊かに暮らせる地域をつくらうということなのです。悩んでいる人を見かけたら声をかけて相談にのってあげる、これも地域福祉ですし、子育ての仕方を若い皆さんに助言するのも地域福祉です。

◆なぜ地域福祉計画を作るのか

家族化やひきこもり、虐待など人間的なつながりが薄れている現在、お互いを支え合おうという地域の雰囲気を作るためにはどうしたらよいか？このことを皆さんの住んでいる地区でも考えていただき、地域で支え合う新しい社会福祉サービスの仕組みを作るために、市役所では「地域福祉計画」を策定中です。今回は計画の素案を、ご覧いただき「このように考

える、こうしたほうがいい」という意見をいただきたいのです。

もちろん、計画ができれば、皆さんの地域でも参考しながら「私の住む地域だったら、こんなことをしたらみんなが安心して暮らせるんじゃないだろうか」と、今後の地域福祉活動に生かしていただきたいと思っています。

◆素案はこうして作られた

主 役は地域の人たちです。地域で生活課題を掘り起こし、どうやって解決するか、その方法を整理することから始まります。市では、今まで各自治会や地区の民生・児童委員、福祉推進委員や各種団体と話し合ったり、木町のようなモデルになる自治会の例、計画策定委員の会議などを通して、生活課題などをできるだけ反映するように努めました。

でき上がった素案には、市のやるべきことも含め、これからの地域がどうあるべきかを、次のようにまとめました。

1 全ての世代の福祉ニーズに沿った総合的な福祉サービスの提供を進めます  
市は、市民の皆さんへ福祉サービス情報を分かりやすく提供します。

3 「家庭」の大切さをもう一度見つめ直し、明るく、力強い「家庭」づくりを応援します

2 市民の主体的な福祉活動を進め、地域の生活課題を自らが解決する地域社会を築きます  
・地域福祉のあり方について、市民参加による継続的な研究と啓発活動を行います。  
・自治会単位で福祉活動組織の整備を図ります。  
・ボランティアセンターが中心になって、ボランティア意識を高めるための啓発活動を進めます。

【目標にすること】  
ともに支え合い、だれもが笑顔で安心して暮らせるまちの実現を目指します。

4 地域の福祉活動を応援するため、活動の内容に応じた連携組織と助言のシステムを整備します  
・地域の福祉ネットワークの連携組織、助言システムとしての支援組織を整備します。  
・公民館・支所単位を活動区域とする地域福祉のコーディネート機能を整備します。

5 地域の社会福祉施設や教育・医療機関と積極的に連携して、地域全体の社会資源として活用を図ります  
・社会福祉施設の専門知識を地域福祉に活用するため、施設間の連携を図り、積極的に地域へ発信を促します。  
・社会福祉を専門とする長野大学や上田女子短期大学と連携して、地域福祉を広め、活動のあり方を研究します。

6 人権が守られ、災害時にも適切な対応ができる地域を築きます  
・一人ひとりの尊厳を大切に、人権を尊重した福祉サービスの提供、苦情相談の充実を図ります。  
・災害などの緊急の時にも、地域ぐるみで支援できるまちづくりを進めます。

地域福祉計画の素案に意見・要望をください。今後の計画策定委員会で検討しながら、計画に反映する予定です。詳しい内容は市のホームページ <http://www.city.ueda.nagano.jp/fukusika/chiikifukusi/newpage1.htm> に掲載しています。

- 締切り 6月30日(水) (郵送は当日消印有効)
- 宛て先 〒386-8601 上田市大手1-11-16 上田市福祉課 地域福祉計画担当 FAX 24・9423 / E-mail : c-fukusi@city.ueda.nagano.jp
- 記入する項目 ①お名前 ②電話番号 ③ご意見〔素案のどの部分についての意見かという点と、その理由(可能であれば、資料などをつけてください)〕
- 問合せ 福祉課 ☎22・4100 内線1605

国土交通省による

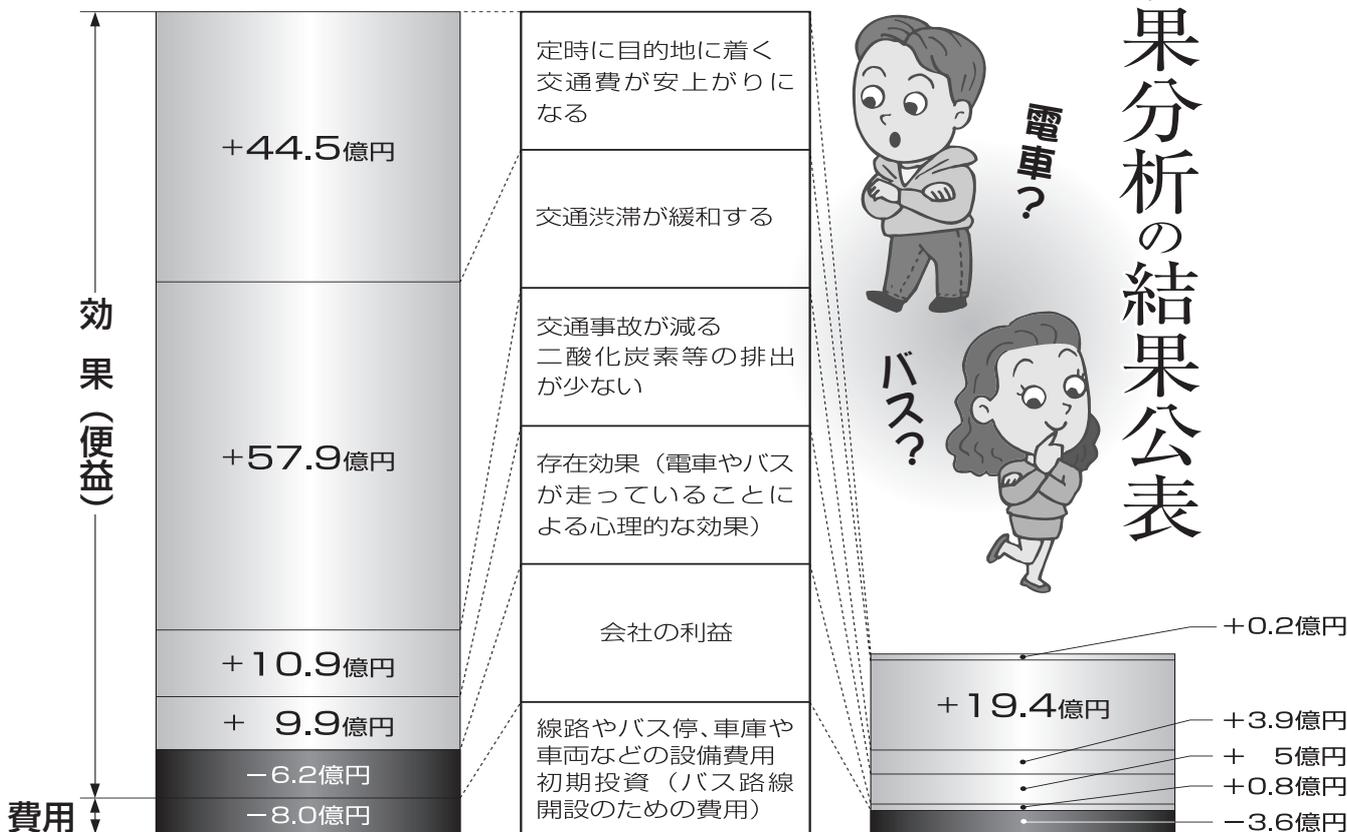
別所線費用対効果分析の結果公表

現在、存続が問題となっている別所線。15年度の乗客数・収入は、通勤通学の定期利用者は減ったものの、企画電車を走らせたり、様々な運動が効果をあげた結果、一般の乗客は増加しました。電車には、渋滞がない、二酸化炭素の排出が少ない、線路があることに安心感や期待感があるなど、すぐには金額で表せない社会的な効果（便益といえます）があります。この点を考えて電車とバスのどちらが社会的な効果があるか？という予測調査をしたところ、次のような結果が出ました。

● 調査の結果 ●

社会的な効果をお金の価値に換算し、会社の利益も合わせて計算しています。期間は、今年から平成45年までの30年間です（電車・バスともに運行されず、マイカーに置き換わった場合と比較した数値です）。

この調査は、平成15年度に国（国土交通省）が全国にある地方鉄道の存続・廃止を判断するための参考資料となるよう、別所線をモデルケースとして行ったものです。



**別所線を残した場合**  
117.0 億円 - 8.0 億円 = 109 億円  
(効果) (費用)

**廃止してバス路線にした場合**  
29.3 億円 - 3.6 億円 = 26 億円  
(効果) (費用)

詳しい調査の方法や結果の出し方などをお知りになりたい方は、市役所管理課交通対策担当へお問い合わせください。皆さんからの意見もお待ちしています。

◆管理課交通対策担当◆  
☎ 23・5129 / FAX 23・5138  
E-mail : kanrika@city.ueda.nagano.jp

● 市の別所線存続に向けた取り組み状況 ●

昨年6月、市に別所線存続緊急対策本部を設けて、利用促進・会社経営・設備投資の三点から検証を行ってまます。今回の調査結果についても別所線の支援をどのようにするかを判断する一つのデータと考えています。年内を目途に存続について方向性を出したいと考えています。

今後30年間に見込まれる社会的な効果は、会社の費用を差し引くと、別所線を廃止した場合は109億円、別所線を廃止してバス路線にした場合は約26億円となり、両者の効果の差は83億円と予測されます（1年当たりでは2億8000万円弱）。

# 福祉医療費給付金を 受けている皆さんへ

## ●受給者証(若草色)を更新しましょう

現在の受給者証は、7月いっぱい  
で使えなくなりました。昨年以降、認  
定申請書を提出していない方は、受  
給者証が発行できませんので、至急、  
手続きをしてください。

福祉医療費受給者証	
市町村番号	事業番号
受給者番号	
居住地	長野県上田市
給氏名	
生年月日	年 月 日生 男・女
有効期間	年 月 日から 年 月 日まで
摘要	
発行機関名 及び印	長野県上田市長 
交付年月日	年 月 日

## ●更新の手続きについて

受給者全員について、昨年以降提  
出された認定申請書と同意書に基づ  
き更新されますので、改めて手続き  
をする必要はありません。

平成15年分所得の申告をされてい  
ない方は、認定ができない場合があ  
ります。申告が必要な方は手続きを  
済ませてください。

平成16年1月1日現在、市外に住  
所のあった方は、所得の確認ができ  
ないので、以前の住所地で児童手当  
用の所得証明書を発行してもらい、  
福祉課窓口へ提出してください。

## ●受給者証の発送について

認定済みの方には、新しい受給者証  
(有効期間16年8月1日～17年7月31  
日)を7月末までに発送します。所得  
申告済みの該当者で、今年8月になっ  
てもお手元に受給者証が届かない時  
は、福祉課へご連絡ください。古い受  
給者証は、振込みの確認が済んだら各  
自で処分してください。

## ●福祉医療費の対象者は……

医療保険に加入者し、かつ次のい  
れかに該当する方です。なお、所得制  
限があります。

- ①乳幼児(出生から小学校就学前まで)
- ②障害者(心身に障害をお持ちの方、  
ただし、等級区分により制限があり  
ます)
- ③母子家庭等・父子家庭の方(子は18  
歳まで、または20歳未満で高等学校  
卒業まで)
- ④低所得老人(満65歳以上70歳未満で  
住民税非課税世帯)

詳しくは、福祉課医療給付係へお問  
い合わせください。

福祉課医療給付係

☎22・4100内線1609

## 松尾町真田坂フラワーフェスティバル

期間 6月10日(木)～12日(土)

場所 松尾町商店街一帯

開催イベント(11日)…フラワーアレンジメント教室、  
写真教室／(12日)…花の苗プレゼント(松尾町商店  
街お買い物レシートと引換え)、フラワーコンテスト  
〔商店街の投票箱に、お気に入りの花へ人気投票(7  
日～11日)〕と、投票した方へ商品券プレゼント抽選  
会(場所……幻灯舎)、ほか

## 能力開発セミナー

詳しくは、長野職業能力開発促進センター

☎026・243・0460へ

コース名	日時	定員	受講料
エクセルVBA実践	7/6～15(6回) 18:10～21:00	10人	9,500円
アクセスVBA実践	7/31～8/8(4回) 9:30～16:10	10人	1万円
ホームページ作成 (Dreamweaver編)	7/3～11(4回) 9:30～16:10	10人	12,500円
一般用電気工作物 の設備工事技術	7/17～24(4回) 9:30～16:10	10人	10,500円
PCタッチパネル活 用法	7/6～8(3回) 9:30～16:10	10人	1万円

## 任期付採用(育児休業代替)職員 「福祉職」を募集

- 募集人数 2人(福祉課1人・高齢者介護課1人)
- 就業期間  
福祉課…平成16年6月28日～19年7月31日  
(今年10月31日までは非常勤職員)  
高齢者介護課…平成16年10月1日～19年3月31日  
(来年1月31日までは非常勤職員)
- 提出書類 受験申込書、履歴書、返信用封筒(80円切  
手貼付。宛て名記入)、下記募集要項の必要な資格証  
の写し(大学卒業で社会福祉主事任用資格取得の場合  
は履修科目がわかる卒業証明書等)
- 受験申込書・履歴書 総務課で配布(市役所本庁舎3階)
- 申込期間  
6月14日(月)までに総務課職員係へ提出(郵送可)
- 選考日 6月22日(火)
- 問合せ 総務課職員係 ☎22・4100内線1204

### 任期付(育児休業代替)職員募集要項

勤務場所	生年月日	必要な資格	選考科目
①福祉課	昭和49年 4月2日以 降の生まれ の人	社会福祉士資格または、 社会福祉主事任用資格	教養試験 面接 作文 性格検査
②高齢者 介護課		社会福祉士資格または、 介護支援専門員資格	

7月1日<sup>から</sup>

# 燃やせないごみ は 市で指定した袋で出してください！

リサイクルできるプラスチックごみ、  
その他の燃やせないごみ

●変わります！「燃やせないごみ」の出し方

いつから

平成16年7月1日（木）から

なにが

- ・リサイクルできるプラスチックごみ
- ・（ プラマーク）がついているもの
- ・その他の燃やせないごみ

POINT

① 上田市指定のごみ袋を購入してください。

※次のものは、ごみ集積所には出せません  
(平成16年7月1日以後)

種別	品目	このように処分してください
有害ごみ	蛍光管、電池、水銀体温計	自治会の資源回収所へ持ち込む（その際の費用負担はありません）
危険ごみ	カセットボンベ、スプレー缶、ライター	
粗大ごみ	指定袋に入らないもの	処分業者へ持ち込む（ただし、分解、切断、折り曲げ等により指定袋の中にはみ出さず収めることができれば、1袋の重さ10Kg以内、1回の収集日に2袋までの制限の範囲内で集積所に出すことができます。）
月に1度無料回収していた燃やせないごみ	自転車、スキー・ストック、ベビーカー、遊戯用一輪車、老人用手押し車、子ども用三輪車 	
市で受け入れられないごみ	テレビ、エアコン、冷蔵庫（冷凍庫）、洗濯機	家電小売店又は処分業者へ持ち込む
	パソコン 	製造メーカーの指示に従って郵送または処分業者へ持ち込む
	バッテリー、タイヤ、消火器、農薬、ガソリン等廃油、LPガスボンベ、感染性廃棄物	小売店または処分業者へ持ち込むか、専門業者にご相談いただく。

● 事業所から出た燃やせないごみは、従来どおりごみ集積所には出せません。

● 指定袋の販売は6月17日から

燃やせないごみ指定袋は、市内の小売店（上田市ごみ指定袋取扱所の表示のあるお店）で販売します。平成16年6月17日（木）からお買い求めください。

● 「無料引換券」ご確認ください

5月16日付け広報配布時期にあわせて、自治会を通じて各戸に「燃やせないごみ指定袋無料引換券」を配布しました。「リサイクルできるプラスチックごみ用」または「その他の燃やせないごみ用」（いずれも容量30リットル用10枚1組）のどちらかと引き換えることができます。（引換期間は平成16年6月17日～8月31日）

● ご活用ください！

「ごみの出し方パンフレット」

ごみの出し方に関する詳しい内容については、ごみの品目ごとに出し方を記載した辞書式の冊子「ごみの分別帳」と、家庭の台所などに貼ってご利用いただく「ごみの出し方」のパンフレットをご覧ください（6月1日付け広報配布時期にあわせて、自治会を通じて各戸に配布しました）。

● 収集曜日が変わります

燃やせないごみの有料指定袋導入に伴って、各自治会で収集曜日の一部変更になります。詳しくは、自治会回覧でお知らせしますので、ご確認ください。

問合せ 廃棄物対策課 ☎22・0666

# 文芸

## 短歌

熊坂 年成 選

### 入選

胸ぬちの照りも翳りも真に写す  
鏡に向ひ自問自答す 手塚 柳町もと子  
肌寒も旅情の一つ露天風呂 緑が丘西 宮沢 幸穂  
一途な瀬音に目を閉じいたり  
飴一つ煎じ菜と共に飲む  
朝な朝なの老いの味わい 石神 関 清人

### 佳作

電飾コードのやうやく解かれし花水木空に  
さみどりの新芽吹き出す 下常田 遠藤 夙子  
若き日を偲びて見上ぐるオリオン座  
営業数字に明け暮れし日々 中之条 山宮 孝  
旅を詠みし短歌一首も荷に入れて  
子らに送らむ湯宿の土産 小泉 清水 悦男  
蔵小路蚕都の面影よみがえり  
蚕種の家並静かなる刻 秋和 井上喜美子  
花まつり四月八日は早咲きの  
桜満ちたりわが誕生日 上常田 市川 貞義  
使ひふりし亡き母自慢のあかがねの  
鍋いとほしみつつ露を煮つくる 中吉田 小出ひさ子  
夫は囲碁妻は詩吟の静と動春の日  
うけし午後のひととき 上常田 関 礼子

### 選者詠

柿若葉生の讃歌の如く伸び  
たゆたふわれの歩み支ふる

## 俳句

矢島 渚男 選

### 入選

はくれんや卵の割れしごとく咲く保野 清水ゆき子  
春眠しへりコプターの音までも千曲 神原 晴一  
新しき恋ものの芽もつぎつぎと国分 工藤じゅん  
休みつつ馬鈴薯植える日和かな小泉 木村 シモ  
囀りにはや燕らの加はりし 緑が丘 畑 和人

### 佳作

ぼつぼつと好きなことして春の宵御所 竹内みさお  
湖へ続く山道斑雪 越戸 羽生田めぐ美  
発車ベル遠足の列走り出す 生塚 春原 征二  
採血の針すなりと四温かな 常磐城 門脇 梯子  
春耕の音ぼんぼんと天に入る 伊勢山 村田 勝美  
飛ぶ鳥も花も真青の中の景 中野 本木 せつ  
春風や奉納の絵馬はためきて 北大手 中曾根和夫  
花嫁と並びて妻のうす白髪 下紺屋 佐藤 勇  
麗らかや赤ずきんちゃん読んでやる 浦野 小林 信宏  
比ひなき無慚をしづめ花の塵 下房山 秋山千枝子  
甲高く雉が妻呼ぶ荒れ畑 伊勢山 河合袈裟徳  
水仙の初花供う亡き母に 御所 金子 和江

### 選者吟

## 川柳

臣川 南月 選

### 入選

耳掃除しながら諭す母の膝 国分 今尾志津子  
温度計上がるにつれて美女が増え 上常田 関 昭夫  
水温み波紋が誘う枯れ葉舟 諏訪形 鷺沢 昭月

### 佳作

古い家具祖先の顔を背負ってる常田 遠藤 夙子  
春休み孫のレールに乗る財布 手塚 樋口千枝子  
年金も厳しい負担叫んでる 築地 三石まつみ  
古時計ネジを呉れねば時忘れ 緑が丘三 吉村 茂樹  
合格に携帯おどる春の風 大手 山崎 初子  
陽炎の向こうで種を蒔く二人 中野 田中すい子  
風の唄枝垂れざくらが踊り出す 国分 関田 幸子  
タンポポの花いつしかに旅仕度 富士山 西沢 満智  
鮮明に亡き母浮かぶ酔った夜は 中野 竹内 健美  
空腹で眠れぬ夜のダイエツト 長島 松井 律子  
我がさだめ削り癌の娘救いたし 岩下 尾沢袈裟信  
怪物のバットに球威狂わされ 中之条 山本 通子  
命がけ何処まで役立つ自衛隊 蒼久保 荻原 恒雄  
乾し布団嫁った娘が来た陽の恵み 長島 土屋 朝栄  
不合格人生試練の第一歩 芳田 坂口 益子  
栄転でママの掃除機チャチャ踊る 岩下 岩崎 キク  
しつかりと歩いて痴呆遠ざける 八木沢 中沢 信子  
飯農夫合格評にホッとする 緑が丘三 樋口 清美  
新品も並べ商う古物商 上小島 安藤 信枝

### 選者吟

遠足の列から掌を振った児は曾孫

今月の投稿作品 (4月17日～4月29日到着分)  
短歌… 67首 俳句… 127句  
川柳… 139句 計… 333作品

### 8月号の投稿方法

はがき又ははがきサイズの紙に、①短歌・俳句・川柳の別②氏名(ふりがな)③自治会名④電話番号を記入のうえ、6月22日(火)必着で上田市教育委員会「広報うえだ」係(〒386-0025 上田市天神 2-4-74)へ。はがきサイズの紙の場合は直接教育委員会のポストへ。

短歌・俳句・川柳ごとに別のはがきで投稿してください。  
また、作品に難しい言葉があるばあいはふりがなをつけてください。



### 「難しいことでなくていい。身近なところから取り上げて」本音で語った座談会

毎月の広報紙面のハーモニーを充実したものにしたい。今年度のハーモニーでは、何をどう市民のみなさんにお伝えしようか…熱い想いを抱いて、編集委員会のメンバーで座談会を行いました。

- 男女共同参画の視点で、どのように子育て支援にかかわっていかれるかをテーマにしていきたいですね
- 男性が長時間遅くまで働くことが評価され、それが職場や社会の風土になっています。これでは、男性は育児に参加できません。子育てについて考えるのは賛成です。子育ては永遠のテーマですね
- 自治会はどうでしょうか。いまだに女性はお茶くみや飲み会の準備というところがあるのでは？

- 男性が、自分たちで当番制でお茶くみをしている自治会もありますよ。だから女性が『やらなければ』という発想をする必要はないですね。家庭でも同じです
- 幅広く読んでもらうということでは、学校や企業にも男女共同参画の情報を伝えたいと思います。若者が集まるところにも風を起こしたいです
- 学生さんの声を聞いてみたいですね。戦前の教育を受けた世代ばかりでなく、今育ちつつある世代に、必ずしも男女共同参画の意識が根付いているわけではないと感じます。『世代交代すれば男女共同参画社会になる』とは限らない現実があるように思います。それを伝える必要がありますね
- 女性も男性も自立した社会が男女共同参画社会だと思います。経済的自立、生活の自立、精神・意識の自立が、男女共同参画社会には欠かせないと思います

語り合ってみると身のまわりには、意外とたくさん男女共同参画に関係することがありそうです…。話し合いの結果、7、8月は学校教育、9、10月は子育て、11月は特集で自治会の風土・環境や女性の自立、12月には職場の声について取り上げようということになりました。みなさんのご意見、ご感想をお聞かせください。

男女共同参画課 ☎ 23-5245 FAX 25-4100



### ● ハーモニー編集委員会のメンバー ●

(敬称略・カッコ内は所属団体)

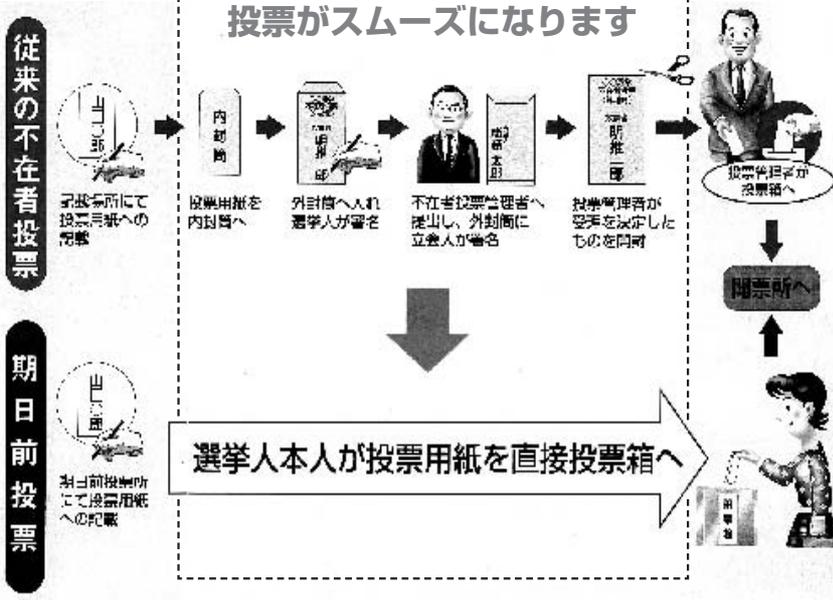
#### 後列左から

- 一之瀬 禮子 (上田市婦人会)
- 吉村 純子 ( )
- 内藤 アス (女と男うえだ市民の会)
- 杉山 博基 ( )

#### 前列左から

- 竹田 貴一 (男女共同参画コミュニケーター)
- 市川富美子 (上田市婦人団体連絡協議会)
- 宮島 房子 ( )
- 山辺 幸子 (男女共同参画コミュニケーター)

### 手続が簡素化され 投票がスムーズになります



**選挙期日前の投票手続が大幅に簡素化され、投票しやすくなります**

選挙管理委員会事務局 TEL 23-5438

公職選挙法の一部が改正され、新たに「期日前投票制度」が創設されました。この制度は、従来の名簿登録地(上田市)における不在者投票に替わる制度で、従来の不在者投票のよう

に、投票用紙を封筒に入れて、それに署名するといった手続が不要となり、投票がしやすくなります。

なお、期日前に行う投票の開始日は公示(告示)日の翌日となります。

上田市の  
近代建築物 ⑬

## 水野商工(株) (中央 1-8-13)

この建物は、もとは松尾町の交差点(現在の矢島眼鏡店様の北横)にあった(有)東郷堂様の建物で、昭和25年(1950)の道路拡幅に伴い取り壊されるところを水野氏が買い取り、現在地に曳き屋移転(解体せずに建てたまま引いて移動させる工法)してきたものです。この移動距離は300mもあり、しかも登りの傾斜地であることを考えると、建物に対する思い入れのほどが伺えます。現在は北東に向いて塞がれている建物角の出入口ですが、当時のドアはアーチ形で松尾町交差点にむけて建っていました。曳き屋の際に90度回転させたようです。



(写真2)

外観では、1階の立ちが低く、2階を高く見せている点に特徴があります。外からは屋根がフラットに見えま



(写真1)

すが、これは外壁を棟の高さまで立ち上げて瓦葺の屋根を隠しているためです。1階、2階とも短い庇を付け、柱形の柱頭には植物・雷文の浮き彫りをつけています。また、入口の部分だけ1階の柱は円柱に作り、2階の軒先に卵形の装飾をつけています(写真2)。また、建物1階東面には丸窓が残り、たいへん希少なデザインとなっています。現在の正面は15年ほど前に吹き付け塗装を行ったもので白色ですが、当初のモルタルの色は赤白色が主体で軒先だけを白い帯状に飾ったもので、その状態が側面に残っています。

建築年代については、昭和42年(1967)のときに、築40年といわれていたといえますから、大正時代末から昭和初頭ころの建築ということになりますし、建築様式からもそのころと考えられます。

問合せ 生涯学習課文化財係 ☎ 23・5102

「市長さん、お疲れの様子で大変ですね」と市民の方からお気遣いの言葉をたびたびいただきます。また、「県会議員の時と比べてどちらが大変ですか?」とも聞かれます。どちらも私の多忙さを推察してのことだと思います。ありがたいことです。

確かに県会議員の時と比べて、日程に追われることが多く、なかなか自分の時間をとることができないというのが実情です。日々の緊張感も違い、自治体を運営することの責任の重さをひしひしと感じながら市政に携わっています。

## 市長の

No.13



これからの新しいまち創りのポイントは、いかに市民と行政が協働して考え、実行できるかということだと思います。地域の担い手は、まず第一にそこに住む人なのです。

厳しい世相にもかかわらず、あちこちで市民の積極的で生き生きとした活動ぶりが目を引きまします。頭の下がる場面にも出会います。そんな姿を見るにつけ、私も「もっと頑張らねば」と思うと、疲れのことも吹き飛んでしまいます。

先月、アテネオリンピックへの出場を決めた女子バレーの試合を見て、挑戦とか勇氣という言葉の大切さを感じました。チームワークの勝利であり、実にあっぱれで気分も爽快でした。

自分ひとりではない生きかされている自分、他人あつての世の中だと感じました。

# 『上田市誌』 編さんだより 100

第10回 配本の内容  
編さんに従事された  
方々(執筆委員他)

市誌編さん室  
(☎ 25-9741)

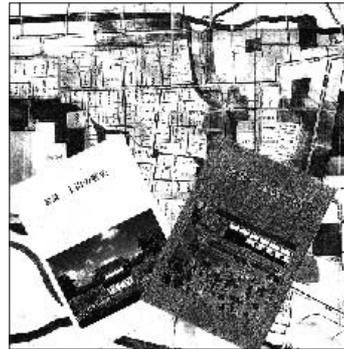
お待たせしていましたが今回、『上田市誌』第十回配本分として次の2冊を刊行し、あと別巻(3)一冊を残すだけとなりました。

歴史編10『近世の庶民文化』、別巻(1)『総説 上田の歴史』、『近世の庶民文化』には、徳川三百年の黄金時代といわれる元禄文化を受けた文化・文政時代を中心に、庶民文化の花が開き、庶民の力が台頭していく様子が記されています。

具体的には、俳句の加舎白雄、書道の成沢雲帯、佐久間象山の師となった活文禪師、画家の狩野永琳・合葉文山、茶道の上田宗箇などの文人あるいは、兵学者の赤松小三郎、和算家の竹内善吾武信などが活躍しています。これで歴史編も完結となりました。

別巻1『総説 上田の歴史』は、これまでに刊行してきた歴史編の一〇冊及び近現代編の九冊にわたって述べられている上

田の歴史についてその要点をまとめて記述したものです。時代の特徴ごとに七つの章に分けたこの一冊をお読みいただければ、上田の旧石器時代から現代までの歴史の流れをほぼ理解していただけるものと思います。



さて、『上田市誌』の編さん体制については、平成七年七月十六日号の「広報うえた」でもお知らせしてあるところですが、具体的には次の方々が日々精力的に調査・研究を重ねられたうえで執筆してくださいました。本当にお疲れ様でした。

今号と次号の紙面でその方々の氏名をご紹介します(部会長、副部会長、分冊主任を最初に、以下五十音順とし、敬称は略させていただきます)。

## ◆執筆委員【自然編】

廣瀬幸男、甲田三男、窪田英夫／安達永真、安藤悦次、飯

島國昭、井口恵一朗、池田登志男、市川正臣、上原英俊、梅村弘、枝重夫、大塚孝一、小川原禎寿、小澤良行、落合照雄、香川敏明、片岡宏文、北沢星磁、小岩井彰、輿水太伸、小林勇、小林正明、小林祐一、小山和博、坂上正弘、篠原修、清水明(故人)、霜田勇(故人)、関俊雄、関二三雄、関谷圭史、鷹野秀夫、滝沢達夫、竹尾弘紀、茅野靖夫、中澤幾重、中島賢生、中本信忠、西尾規孝、橋詰良登、林信一、樋口和雄、平沢伴明、平林公男、藤沢庸助、峯村秀則、宮沢佳寛、宮下昇三郎(故人)、宮田渡、山崎征夫、山辺邦彦、渡辺義人

【歴史編】小池雅夫、尾崎行也、青木歳幸、石川好一、川上元、櫻井松夫、塩入秀敏、竜野敬一郎、寺島隆史、堀内泰／五十嵐幹雄、梅原康嗣、尾見智志、久保浩美、久保田敦子、倉澤正幸、倉島勝夫、栗村道子、黒坂周平(故人)、児玉卓文、小山茂、坂口益次、塩崎幸夫、清水彰、須藤清克、田玉徳明、田中友道、田中豊、手塚若子、中澤克昭、中沢徳士、橋詰文彦、水野哲、宮島かつ子、矢羽勝幸、山極尚一

(以下次号に続く)

## 教育委員会の動き

### 5月定例会

5月6日(木)に開催した5月定例会の主な内容は、次のとおりです。

#### 【審議事項】

- 一 平成16年度教育委員会の課題及び対応策等について  
教育施策の一層の充実と推進を図るため、教育委員会の事務事業における課題とその対応策等について審議し、承認しました。
- 二 上田市教育委員会の職員の勤務時間等に関する規程の一部改正について  
市民会館職員の勤務時間を利用実態に合わせるための規程の一部改正について審議し、承認しました。

## ●5月市議会レポート●

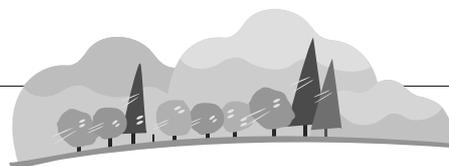
5月市議会臨時会が5月7日(金)に開かれました。

今回は、上田市・丸子町・真田町・武石村合併協議会の設置議案とそれに伴う「平成16年度上田市一般会計補正予算第1号(法定合併協議会構成市町村負担金)」の2議案が可決されました。

丸子町、真田町では5月11日(火)に同じ議案が可決されました。今後、武石村において同様に可決されると合併協議会の設置に関する協議書等の調印、告示を経て、法定合併協議会が設置されます。

法定合併協議会では、これまで任意合併協議会で協議してきた経過及び結果を最大限に尊重しながら、新市建設計画の策定、分権型合併の仕組み等将来のまちづくりについてさらに具体的な協議を進めていきます。

▶問合せ 合併推進室 ☎ 22-4100 (内線1212)



上半期  
ウォーキング  
カレンダー

上半期のウォーキングイベントをご紹介します。

飽食と運動不足からくるエネルギー摂取過多状況を改善し、生活習慣病にかかりにくい身体を作るには、身体の中に酸素を取り入れてエネルギーの消費を促進する有酸素運動(エアロビック運動)が有効です。

しかし、あまり強い運動では、きつくて長続きしないばかりではなく、危険でもあります。そんななか身体に適度な負荷がかかるウォーキングは、どなたにもぴったりの運動です。

持久力が高まる、血管が若く保たれる、気分が良くなる、友達ができるなどの効果のあるウォーキングイベントに参加してみませんか。

	開催時期	事業名	定員	対象者	事業内容	開催場所	担当課
6月	6月5日(土)	第11回景観80選ウォーキング	なし	市民	市制施行80周年記念事業で、上田市の景観80選が選定され、これを記念し、選ばれた場所を巡り歩き、景観について学ぶウォーキングを開催。約10kmの行程を計画	しなの鉄道信濃国分寺駅から信濃国分寺周辺と神川方面をめぐり大屋駅まで	都市計画課
	6月6日(日)	親子ふれあいトレッキング	100人	地域内の小中学生とその保護者	トレッキングを通じて、家族とのふれあい、普段交流機会の少ない他校児童生徒との交流を図る	美ヶ原高原	上田地域広域連合
	6月26日(土)	歩こう! まゆの里しおじり	30人	市民	蚕種屋(たねや)の面影をたずねて-秋和-	塩尻地区	西部公民館
	6月下旬	里山を歩く	30人	市民	里山(須川地区)の自然と植物を巡る	須川地区	城南公民館
7月	7月6日(火)	自然観察講座	30人	市民	夏の高原の植物観察	志賀高原	上野が丘公民館
	7月7日(水)	里山講座「川西の自然を考える」	30人	市民	里山探訪(川西地区の里山をめぐり、現状を知る)	川西地区里山	川西公民館
	7月17日(土)	歩こう! まゆの里しおじり	30人	市民	蚕種屋(たねや)の面影をたずねて-上塩尻-	塩尻地区	西部公民館
	7月25日(日)	さわやか高原ウォーキング	なし	市内外	湯の丸高原で、高山植物を観察しながらのウォーキング	湯の丸高原	健康推進課
8月	8月7日(土)	チャレンジスクール	30人	川西地区児童	里山探訪(川西地区の里山をめぐり、自然環境について学ぶ)	川西地区里山	川西公民館
	8月28日(土)	歩こう! まゆの里しおじり	30人	市民	蚕種屋(たねや)の面影をたずねて-下塩尻-	塩尻地区	西部公民館
9月	9月11日(土)	ネイチャートレッキング in 菅平高原	100人	地域内外の住民	「信州上田地域トレッキングマップ」に掲載したトレッキングコースを使い、参加者に当地域の里山の魅力や豊かな自然(高山植物・野鳥)を紹介する	真田町菅平高原	上田地域広域連合

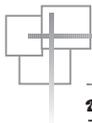
※詳しい内容等は各担当課へお問い合わせください。

都市計画課 ☎ 23-5127  
健康推進課 ☎ 23-8244  
西部公民館 ☎ 27-7544  
城南公民館 ☎ 27-7618

上野が丘公民館 ☎ 24-0659  
川西公民館 ☎ 22-5004  
上田地域広域連合 ☎ 23-2130



## 各施設イベント案内



## 上田情報ライブラリー

☎ 29-0210 / FAX 29-0211  
〒 386-0025 天神 1-8-1  
上田駅前ビルバレーオ 4階

URL <http://www.city.ueda.nagano.jp/toshokan/jlibname.htm>

## ■特許活用講座の受講生募集

長野県知的所有権センターとの提携講座

日時 6月24日(木)、8月26日(木)、  
10月28日(木)、12月16日(木)  
各回とも 13:30～16:00

内容 特許情報を効果的に活用して中小・ベンチャー企業等が技術開発や特許取得を実施できるように、産業財産権制度の説明、およびインターネットを利用する特許情報(意匠、商標等を含む)の効率的な検索方法を説明します。

講師 講師 岡田光正さん(長野県知的所有権センター特許情報活用支援アドバイザー)

定員 毎回10人(1回完結)

受講料 無料

申込み 上田情報ライブラリーに電話又はFAX(住所・氏名・電話番号記入)でお申し込みください。

## ■ことばの繭ホール文化事業

倉沢信子インディアンハーブの世界

日時 6月19日(土)

開場 18:00～ 開演 18:30～

内容 哀しくもドラマチックなインディアンハーブの調べをお楽しみください。

定員 70人

料金 大人500円 子供300円

申込み 6月5日(土)10:00から、上田情報ライブラリーへ電話でお申し込みください。

共催 上田図書館倶楽部

## ■長野大学市民セミナー

職場における人間関係

～組織行動学の視点から～

日時 第1・2回 6月19日(土)

15:00～18:00

第3・4回 7月3日(土)

15:00～18:00

第5・6回 7月17日(土)

15:00～18:00

講師 佐藤剛さん(長野大学教授)

定員 15人

受講料 4,800円

申込み・問合せ 長野大学生涯学習センター(☎39-0007)へ



## メディアランド UEDA

☎ 39-1000 / FAX 39-1010

〒 386-1211 下之郷 812-1

URL <http://www.unic.ueda.nagano.jp/>

## ■パソコン相談室

日時 6月20日(日)

9:30～12:00(一人30分間)

対象 初心者から経験者

定員 10人(要事前申込)

料金 無料

## ■日曜画家講座

日時 6月27日(日) 13:30～15:30

対象 マウスを使える方

定員 16人

料金 1,500円

## ■ビデオ上映会

日時・内容

6月5日(土)

「フランダースの犬」他

6月12日(土)

「マッチウりの少女」他

6月19日(土)

「長ぐつをはいたねこ」他

6月26日(土)

「ヘンゼルとグレーテル」他

各日とも 13:30 上映開始

料金 無料

定員 200人

## ■地域伝統文化映像上映会

日時 7月31日(土)まで

13:00～(毎日上映)

内容 日本各地の伝統文化や自然を記録した映像作品を上映。作品は「隠岐古典相撲」、「竹をきわめる一生涯祥雲斎」、「よみがえった炎 銀山・上の畑焼」、「水と森と弥生のムラー平塚川遺跡」、「くらしを潤す美を求めてー陶芸の里・益子ー」、「クマガラとブナ林」のほか、上田紬をテーマにした新作「伝統の技に歴史が息づく上田紬」



## 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/>

## ■水中のプランクトンを顕微鏡で調べよう

日時 6月12日(土)

9:30～11:00

定員 24人(要事前申込み)

## ■昔ばなし語りの会

日時 6月12日(土)

13:30～15:00

## ■夏の星座さがしと神話

日時 6月19日(土)

10:00～11:00

内容 夏の主な星座の見つけ方と星座にまつわる神話

## ■上田創造館陶磁展

日時 6月11日(金)～22日(火)

9:00～16:30

内容 陶磁と花とのコラボレーション。陶芸作家の作品にお花を生けます。

生け込み 18日(金)10:00～

生け込みもお客様にみていただく予定です。

生花展示 18日(金)～20日(日)

## ■光と影の遊び

影絵ワークショップ

日時 6月20日(日) 13:00～

内容 みんなで作って遊ぶ影絵劇っこ。(指導は劇団かかし座)

対象 小学生以上の親子25組

申込み 6月10日(土)までにFAXまたは電話で創造館へ(申込み多数の場合は抽選)

## ■星空コンサート

白柳淳クラシックギターの夕べ

日時 7月9日(金) 19:00～

入場料 1,000円

(6月1日から上田創造館でチケット発売)

定員 120人

イベント

ストリートパフォーマンスの  
ごあんない

生涯学習課 ☎23・5102

**日時** 6月12日(土) 11:30～  
**会場** 上田駅お城口 水車前  
**内容** 大道芸とバンド演奏を予定。  
熱気あふれるパフォーマンスの数々。  
お気軽にお立ち寄り下さい。  
**問合せ** 生涯学習課文化振興係

池波正太郎真田太平記館の催し

池波正太郎真田太平記館 ☎28・7100

～文学散歩～

**内容** 「真田太平記」の舞台を歩くパ  
スツアー  
**日程** 6月15日(火)  
**散策地** 岩櫃、名胡桃、沼田  
**参加費** 3,000円(昼食代、保険料  
含む)  
**定員** 25人

～文学講座～

**内容** 切り絵図で散策する池波正太  
郎の江戸Ⅱ(日本橋、上野、  
浅草、本所、深川 他)  
**講師** 鶴松房治氏(当館指導員)  
**会場** 池波正太郎真田太平記館  
**日程** 6月26日(土)、7月24日(土)、  
8月21日(土)  
**参加費** 1,500円(飲物、お菓子付)  
**定員** 30人  
いずれも申込みは池波正太郎  
真田太平記館へ

ほたる祭りにお出かけください

室賀温泉ささらの湯 ☎31・1126

**日時** 6月19日(土) 11:00～  
**場所** 室賀温泉ささらの湯  
**内容** 各種催し物、焼き鳥、生ビー  
ル、ジュースの出店、たけのこ汁等  
の無料提供など

～地元学のすすめ  
「うえだの底力の発見」～

中央公民館 ☎22・0760

**日時** 6月24日(木)  
19:00～21:00

**内容** 「無農薬、無化学肥料の米づく  
りにかける夢」  
**講師** 林久雄さん(うえだ農畜産物  
地産地消推進会議委員)  
安井啓子さん(蚕都くらぶ・ま～ゆ)  
**場所** 中央公民館  
**受講料** 100円  
**申込み・問合せ** 中央公民館へ

「第16回上田文芸祭」開催

上田市文化芸術協会事務局  
(生涯学習課内) ☎23・5102

**テーマ** 「輪・和・わ」

**展示** 6月19日(土)～21日(月)  
10:00～16:00  
**会場** 中央公民館  
**舞台** 6月19日(土) 13:00～16:00  
6月20日(日) 10:00～16:00  
**会場** 文化会館  
**入場料** 無料  
**参加団体**  
**展示** 文芸協華道会/上田絵画クラブ  
/米津会/川柳/染色/写真/山野流着  
装教室/裏千家常磐会/文芸協華道  
会(19、20日のみ)/墨風会(21日  
は3時まで)  
**舞台** 19日 白鳥バレエ学園上田  
教室/上小吟詠連絡会/上田宝生会/  
上田観世会/上田演劇塾  
20日 琴伝流大正琴鈴木会/上小吟  
詠連絡会/上田民踊連合会/スタジオ  
JOY/宮下歌謡教室/美音の会/民謡  
原田会/梅后流信州上田道場/上小三  
曲協会/山野流着装教室/フラ・プル  
メリア上田教室

募 集

上田公園プール・自然運動公園  
プール監視員募集

市民体育館 ☎22・8699  
自然運動公園管理事務所 ☎38・7195  
**対象** 健康で水泳経験のある35歳位  
までの方(高校生以下は除く)  
**期間** 6月下旬～8月下旬  
**勤務時間** 8:30～17:15  
**給料** 日給5,610円  
**募集人員** 若干名  
**申込み** 履歴書を添えて、体育館又  
は自然運動公園管理事務所へ(6月

15日までに必着)

ストリートパフォーマー募集

生涯学習課 ☎23・5102

**日時** 7月～10月の第二土曜日の  
昼間  
**会場** 上田駅お城口 ロータリー水  
車前  
**対象** 楽曲演奏活動、ダンス、芝居  
など表現活動の場を求めている方  
**申込み・問合せ** 生涯学習課文化振  
興係へ

2004年上田市民ゴルフ大会  
参加者募集

体育課体育振興係 ☎23・5105

**日程** 7月3日(土)～5日(月)  
**会場** グランステージカントリーク  
ラブ丸子コース  
**種目** 18ホールズ・ストロークプ  
レイ・新ペリア方式(①一般  
の部 ②シニアの部 ③レデ  
ィース・グランドシニアの部)  
**対象** 市内在住・在勤の方(アマチ  
ュア)  
**定員** 各日とも300人(先着順)  
**参加料** 2,500円(プレーフィ…①  
3日(土)・4日(日)は10,290円、5  
日(月)は6,830円〔各日とも食事代、  
乗用カート代込み〕  
**申込み** 6月7日(月)から体育課で  
受付を行ないます。参加費を添えて  
申し込んでください(電話での申し  
込みはできません)。なお、申込み後の  
キャンセルはできません。

講座・教室

日時計の観測学習会

公園緑地課 ☎23・5134

傾斜型・季節日時計を上田城跡公園  
に設置しました。  
日時計の観測方法を学ぶことができ  
ます。ぜひご参加ください。  
**日時** 6月10日(木) 10:00～11:00  
**場所** 上田城跡公園(櫓下駐車場)  
**講師** 沢路雅夫さん(信大名誉教授)  
**参加料** 無料

## 下水道排水設備工事責任技術者試験等

上下水道局営業課 ☎ 23・8243

今年度、(財)長野県下水道公社で行われる下水道排水設備工事責任技術者の更新講習および試験の日程は下記表のとおりです。申込方法・時間など、詳しくは営業課へお問い合わせください。

### 更新講習・試験日程

区分	期 日	会 場
更新講習の受付	7月1日(木)～ 7月14日(水)	営業課
受験講習と試験の受付	7月29日(木)～ 8月11日(水)	営業課
更新講習	9月8日(水)	東御市文化会館
受験講習	9月16日(木)	東御市文化会館
試 験	10月17日(日)	ベルウィンこもろ

## 長野大学生涯学習センター公開講座

生涯学習センター ☎ 39・0007

日時 6月5日(土) 13:00～17:40

場所 長野大学リプロホール

テーマ 情報ネットワーク社会に生きる市民として—デジタル情報ネットワーク・情報危機管理・情報倫理—

受講料 無料

## 子ども

### 母と子の集い

乳児院 ☎/☎ 27・4408

日時 6月18日(金) 9:15

場所 乳児院 (常磐城 5-6-39)

内容 親子で一緒に遊んだり育児の楽しさ悩みを話し合ひましょう

対象 8～24ヶ月児とその保護者

定員 15人 (先着順)

申込み 6月10日(木)、11日(金)の8:30から11:00までに電話で乳児院へ

## 児童手当の現況届を提出してください

児童保育課 ☎ 23・5132

現在、児童手当を受給されている方に「平成16年度児童手当現況届」を郵送しました。必要事項を記入して6月中に提出してください。提出がない場合は、平成16年6月以降の手当を受給できなくなることがありますのでご注意ください。

なお、平成16年2月分から5月分までの児童手当を6月15日に指定の口座に振り込みますのでご確認ください。

また、現在小学校入学前のお子さんを養育している方で児童手当の認定請求をしていない方はいませんか？平成15年中の所得が一定額を超えていない場合には児童手当を受給することができますので、児童保育課へお問い合わせください。

**現況届提出先** 児童保育課 (上田市福祉会館1階)・塩田支所・川西支所・豊殿支所

なお、制度改正については、立法化された後、広報でお知らせします。

## お知らせ

### 図書館休館のお知らせ

図書館 ☎ 22・0880

創造館分室 ☎ 27・1758

図書や資料の特別整理のため、本館が6月9日(水)～14日(月)、創造館分室は6月9日(水)・10日(木)休館します。休館中の本の返却は、本館正面玄関と東口の「返却ポスト」へお願いします。なお、上田情報ライブラリーは平常どおり開館します。

### 助成金情報

ボランティアセンター ☎ 25・2629

#### ■丸紅基金社会福祉助成金事業

社会福祉事業(福祉施設の運営、福祉活動など)を行う民間の団体が企画する事業に対し、200万円を上限に助成

#### ■清水基金助成事業

～施設等一般助成事業～

(公有のものを除く)知的障害者関係施設又は、身体障害関係施設(盲・ろうあ施設を含む)を経営する社会福祉法人(無認可団体、個人を除く)の施設福祉及び地域福祉に必要な建物(新築、改修、増改築)・車輛・機器等への助成。助成金は100万円以上700万円以内。

#### ～心身障害児・者福祉施設従事者海外研修事業～

民間社会福祉法人において心身障害児・者の処遇等に従事しており、海外の施設等において先進的な課題を持ち、意欲的に挑戦する方を対象とするデンマーク「日欧文化交流学院」での研修と当該国での実習(3ヵ月コースと1ヶ月コースあり)への助成。

## みんなで防ごう土砂災害、6月は「土砂災害防止月間」

総務課 ☎ 23・5332

一瞬にして生命や財産を奪ってしまう、土石流・地すべり・ガケ崩れなどの土砂災害のほとんどは、長雨や大雨、雪解けが引き金となって発生しています。

梅雨の時期を迎え、「土砂災害」に備え、家の周りの危険箇所を確認し、時には自宅の裏山を見たり、避難場所や避難経路を確認したりしておきましょう。

土砂災害は、降り続いた雨の量が多くなると発生しやすいといわれています。大雨注意報や警報などに注意するとともに、「急に川の水が黒く濁る。」「山鳴りがする。」「裏山からパラパラと小石が落ちている。」など、異常な状況を発見した場合や危ないと感じたときは、ためらわずに避難しましょう。

長野県ホームページの「砂防情報ステーション」

(<http://133.105.11.45/index.html>)

には、雨量情報などの土砂災害警戒情報が掲載されていますのでご活用ください。

また、携帯電話でも見ることができます。

(iモード用 <http://133.105.11.45/i/>、

ポータフォン用 <http://133.105.11.45/v/>、

Ezweb用 <http://133.105.11.45/e/>)

お知らせ

沿道景観の生垣づくりを応援します

都市計画課 ☎23・5127

生垣を新設される場合、費用の一部を補助します。ご利用ください。

**条件** 道路に面した連続5m以上のもの（他にも条件がありますので、必ず事前にご相談ください。）

**補助額** 2分の1以内

**限度額** 5万円（既存のブロック塀などを撤去する場合は10万円）

平成15年度 審議会等の開催状況をお知らせします

総務課行政改革担当 ☎23・5332

市では、審議会の透明性と公正性を確保し、開かれた市政を推進することを目的として、会議の公開や会議概要の公開を行っています。

審議会等の数	会議の開催回数	公開・非公開等の別			傍聴者数
		公開	一部公開	非公開	
52	99	87	5	7	69

会議開催の日程や会議概要は、上田市ホームページに掲載しています（<http://www.city.ueda.nagano.jp/>）。また、市役所1階行政資料コーナー及び各支所でも資料の閲覧ができます。各会議の内容や傍聴の詳細については、各担当課へお問い合わせください。

犬・猫の不妊去勢手術費用を助成します

上田保健所 ☎25・7153  
生活環境課 ☎23・5120

6月中に犬・猫の不妊去勢手術を受けると、その費用の一部を助成します（長野県動物愛護会上小支部）。頭数に限りがありますので、詳しくはお近くの獣医さんにご相談ください。

必ず受けましょう犬の登録・狂犬病予防注射

生活環境課 ☎23・5120

4月に行った春の予防注射を受けていない犬を対象に、登録と狂犬病予

防注射を行います。

**日時** 6月20日(日) 9:00～9:20  
上野が丘公民館（新築の建物にて）  
9:40～10:30 合同庁舎正面玄関前  
11:00～11:30 塩田支所

**費用** 新規登録の場合 6,220円

**登録済の場合** 3,220円

～6月は環境保護月間です～  
〈考えていますか、地球環境〉

生活環境課 ☎23・5120

雨水を有効利用しませんか

雨水は、誰もが手に入れることができる平等な資源です。同時に、雨水の有効利用は簡単にできる環境対策です。雨水を有効利用するための一つの手段として、雨水貯留施設の活用があります。

雨水貯留施設とは、建築物の雨どいに接続された雨水の貯留タンクに、建築物から流れ落ちる雨水を一時的に貯留し、雨水を有効利用するための施設です。貯めた雨水を植木や農作物の水やりに利用したり、非常時の生活用水としても使用可能であるなど、水資源の保全と有効利用に役立つものです。

また、雨水の流出を一時的に防止するという点で都市部での水害の防止にも役立つものです。

市では、平成16年4月1日から雨水貯留施設を設置した方に補助金を交付しています。補助金額は、貯留タンクの容量によって定められています。詳しくは生活環境課へお問い合わせください。

補助金額

貯留施設 1基の容量	補助金額 (購入経費の1/2)
100ℓ以上 500ℓ未満	限度額 30,000円
500ℓ以上	限度額 50,000円

家庭版ISO「うだエコ隊」に参加しませんか

「うだエコ隊」の任務は、環境家計簿をつけて、節電・節水・ごみの減量などに取り組み、二酸化炭素の排出量を減らすことです。地球温暖化を防止するだけでなく、何より家計の節約になります。

「うだエコ隊」に参加される方は、6月22日(火)までに生活環境課へお申し込みください。

平成15年度うだエコ隊活動状況

7月～12月 一人あたり月平均の二酸化炭素排出量 ( )内は日本平均

電気	都市ガス	灯油	ガソリン	水道	可燃ゴミ	計
30.5 (60)	26.3 (21)	19.8 (25)	63 (35)	3.8 (6)	2 (9)	145.4 (156)

(単位: kg-CO<sub>2</sub>)

相談

先天性四肢障害児(者)無料医療相談

先天性四肢障害児父母の会 長野支部  
☎39・0432 (井沢)

生まれつき手、足及び耳などが欠損したり機能障害のある方の医療相談を開催します。

「なぜ、手術は、どう育てたら」などの質問に先天異常臨床医学の医師がお答えします。お気軽にご参加ください。なお、当日は混雑が予想されますので、予約受付をお願いします。

**日時** 6月27日(日) 10:00～16:00

**会場** 長野市篠ノ井市民会館

**受診料** 無料

**担当** 加藤 博之先生

(信州大学医学部整形外科教授)

藤岡 文夫先生

(長野県立こども病院整形外科部長)

福島 義光先生

(信州大学医学部教授)

**予約・問合せ** 父母の会長野支部または平日 10:00～15:00に事務局  
(☎03・3295・3755)へ

女性のための「暮らしの中の悩みごと」相談所開設

長野地方法務局上田支局 ☎23・2001

**日時** 6月14日(月) 13:00～16:00

**場所** 上田駅前ビルパレオ4階

上田情報ライブラリーセミナールーム

上田人権擁護委員協議会の女性委員が悩みごとの相談に応じます。

最近、子どもへの虐待や夫などからの暴力など、家庭内の痛ましい事件の報道が目につきます。また、家庭内だけでなく、女性を取り巻く社会環境は、セクハラ、ストーカーなど様々な人権問題と背中合わせになっていると言えます。

日ごろお困りのどのような悩みごとでもお受けします。相談は無料で、秘密は厳守されます。お気軽にご相談ください。

北村 静子 90  
三井 喜造 87  
池内とし子 92  
角地 昭一 72  
渡辺 信子 70  
中田さくみ 87  
吉田 久美 77  
山崎きよい 88  
山野井 勲 60  
山崎杉太郎 83  
竹内 重夫 82  
藤井 忠幸 69

(4月届出分・敬称略)



手塚 正雄 91  
宮澤 むつ 90  
関田 博 94  
長谷川竹藏 76  
小野田正市 89  
庄村 ツヤ 86  
香山 義雄 83  
久保山茂雄 90  
原 豊治 91  
水沢ますみ 86  
高橋美代人 88  
竹重 米子 92  
羽毛田 智 87  
北澤 恒男 77  
宮下 辰男 70  
飯島 ひで 64  
小山 久美 37

坂口 由治 94  
宮澤ハナコ 81  
橋詰あき子 77  
小林しづ子 83  
野口よそこ 90  
中原 千代 88  
城田みやじ 92  
待井 節子 89  
小林ふさえ 91  
西田 昭 86  
佐藤 和美 76  
中澤と志子 96  
小須田則雄 87  
細須 孝 65  
成澤 朝美 74  
西沢 靈子 80  
小林 芳子 80

中村 芳子 78  
北澤かなえ 89  
渡邊 岩司 81  
阿部万壽雄 85  
坂口とも江 85  
岡田袈裟二 88  
平栗 昭男 74  
宮田 知昭 89  
岩船みさ子 72  
武井 良子 84  
千野 一郎 96  
栗林 保 80  
宮下 幸枝 82  
町田 幸枝 64  
小川 正子 64  
山崎 久雄 85

## 各ホールイベント案内

### 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	問合せ
6/9(水)	労働災害防止大会	13:30	関係者	上小労働基準協会 ☎ 23-2500
6/10(木)	平成16年度 技術講習会	10:00	関係者	上田市上下水道局 ☎ 22-4100
6/13(日)	師籍35年記念 舞踊発表会	10:00	無料	滝沢社中 ☎ 23-1438
6/19(土) 20(日)	第16回 上田文芸祭	9:00	無料	生涯学習課 ☎ 23-5102
6/27(日)	美音の会 フレッシュコンサート	14:00	有料	美音の会 ☎ 22-9931
6/30(水)	介護保険住宅改修 研修会	13:30	無料	高齢者介護課 ☎ 23-6246

### 上田市民会館

■二の丸 1-2 ☎ 22-0762

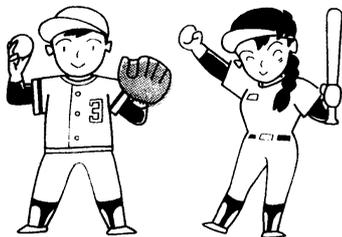
とき	催し	開演時間	入場	問合せ
6/6(日)	第15回 吹奏楽定期演奏会	13:30	無料	上田染谷丘高校吹奏 楽班 ☎ 22-0435
6/11(金)	芸術鑑賞会 (トライトーン)	13:30	関係者	上田西高等学校 ☎ 22-0412
6/13(日)	吹奏楽定期演奏会	13:30	無料	上田東高校吹奏楽班 ☎ 22-0101
6/16(水)	社会保険事務説明会	13:30	関係者	小諸社会保険事務所 ☎ 0267-22-1080
6/19(土)	山本譲二 コンサート	14:00 18:30	有料	(有)しなのプランナー ☎ 026-247-2067
6/27(日)	吹奏楽定期演奏会	13:30	無料	上田高校吹奏楽班 ☎ 22-0002
6/30(水)	芸術鑑賞会 (古典芸能、怪談)	10:00	関係者	上田高等学校 ☎ 22-0002



こんにちは  
ボランティアセンターです ⑦

あなたの趣味を  
活かしてみませんか。

趣味と一言で言ってもたくさんあると思います。囲碁・将棋・木彫・ミシンかけ・料理・リフォーム・習字・折り紙・ちぎり絵・ピアノ・マジック・お手玉・卓球・水泳・ボウリング・マラソン



などなど、この他にも様々なものがあると思います。

ボランティアセンターでは、自分の得意な事、趣味を活かして自分も楽しみながら、地域や学校等で教えていただける、**「地域の中での先生」**を探しています。

あなたの得意なことを活かしてみませんか。ご連絡をお待ちしています。

訂正とお詫び

5月16日号でお伝えしたヤングボランティアクラブの活動内容のうち「レストバイト」とあったのは正しくは「レスバイト」です。訂正し、お詫びします。

#### ■問合せ 上田市ボランティアセンター

上田市中央 3-5-1 上田市ふれあい福祉センター内  
TEL・FAX 25-2629

開設時間 平日(月～金)… 8:30～20:00  
土曜日…………… 9:00～16:00

上田市3大プロジェクト「毎月21日は市民健康づくりの日」事業  
 ~ひと・まち げんき 健康うえだ21~



健康づくりに健〈検〉診を

平成14年度の上田市基本健康診査受診者のうち、約8割の方が生活習慣の見直しや改善が必要でした。不規則な生活を続けていると生活習慣病\*にかかる可能性が高くなります。

平成14年度基本健康診査結果(受診者 8,441人)

異常なし (21%)	生活習慣の見直しが必要 な人(39%)	治療が必要な 人(40%)
---------------	------------------------	------------------

← 約8割 →

\*生活習慣病…がん、脳出血、脳梗塞、心筋梗塞、糖尿病など



今月のチャレンジ

年に1度は健(検)診を受け、  
生活習慣を見直しましょう!

職場、市などで実施している健(検)診を上手に利用し、健康状態を知る機会を持ちましょう。専門家のアドバイスを受けながら生活習慣を振り返ってみましょう。また、日頃から健康状態について相談できるかかりつけ医を持つことも大切です。

今まで抵抗があったけれど  
子宮がん検診や乳房検診も  
受けてみようかな…

お父さんは会社で健(検)診を  
受けているから、お母さんは市  
の健(検)診を受けてみるわ。



生活習慣病予防には食事、  
運動、休養のバランスが大  
切なんだって!

今月の健康づくり事業

買い物途中で「健康づくり！」

医師・管理栄養士・保健師が店先におじゃまします!!

- 日時 6月14日(月) 10時~15時(医師の相談は13時30分~15時まで)
- 会場 イトーヨーカドー上田店 1階 薬局わき催事場
- 内容



上田市で実施している  
各種健(検)診のご案内

乳がんを自分で見つけ  
る方法をお教えます。

乳がんにつ  
いて医師が  
相談をお受  
けします。

あなたの適切な食量と  
バランスを一緒に考えま  
しょう。

管理栄養士・保健師  
による健康相談

問合せ ●健康推進課  
☎ 23-8244

上田保健所によるタウン保健所(健康測定も実施)  
も同時開催します。お気軽にお出かけください。



# 保健ガイド

健康推進課 (☎ 23-8244)

健康増進プロジェクト「毎月21日は市民健康づくりの日」

今月のテーマは「健康づくりに健(検)診を」です。

## 年に1度は健診を

## 基本健康診査の御案内 ～一緒に大腸検診も受けましょう～

### 基本健康診査ってどんな健診？

血圧、血液検査、尿検査、心電図、必要に応じ眼底検査を行います。お一人につき、年度内に1回受けられます。

### どんな病気がわかるの？

平成14年度は、8,441人の受診者のうち、血圧が高い人が37.7%、心電図異常が21.8%、貧血が17.1%、肝疾患が12%、糖尿病が17.8%、腎機能障害が3.7%、総コレステロールが高い人が40.6%、中性脂肪に異常がある人が27.2%見つかりました。

### 一緒に受けられる検査はあるの？

- ・大腸検診：容器代が400円かかります。
- ・肝炎ウイルス検診：今年度40、45、50、55、60、65、70歳の節目の方、大きな外科的処置や分娩の時に多量に出血したことがある方、過去に肝機能異常を指摘されたことがある方などが対象となります。基本健康診査の料金内で受けられます。
- ・前立腺血液検査：今年度50歳以上の男性が対象で、前立腺肥大や前立腺がんの有無を調べます。1,800円かかります。

### 受けられる人はどんな人？

今年度40歳以上の市民で、職場等での健診がない方。

### 料金は？

- ① 41～69歳の方は、1,400円です。
- ② 40歳の方と70歳以上になる方は、無料です。
- ③ 老人保健法の医療受給者証をお持ちの方も無料です。
- ④ 生活保護世帯の方、市県民税非課税世帯の方も無料ですが、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。

### <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。

### どこで受けられるの？

別表の市内65の医療機関で受けられます。事前に各医療機関に連絡をしてからおでかけください。

- \* 申込みをされている方には、次の時期に受診票を郵送しますので、受診票をお持ちになってお受けください。
- なお、気になる症状のある方は健診としてでなく症状を伝えながら受診されることをおすすめします。

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

問合せ／健康推進課 ☎ 23-8244

平成 16 年度基本健康診査実施医療機関一覧 (50 音順)

医療機関名	住所	電話
葦沢内科医院	芳田 1818-4	35-3330
荒井医院	中央西 2-11-3	22-0474
安藤病院	中央西 1-1-20	22-2580
飯島医院	築地 188	22-5011
飯田整形ペインクリニック	上田原 717-12	28-1211
池田クリニック	上田原 687-1	22-5041
い内科クリニック	古里 166-1	21-3737
上田腎臓クリニック	住吉 322	27-2737
上田生協診療所	上塩尻 393-1	23-0199
上田透析クリニック	中央 2-6-16	27-3006
上田病院	中央 1-3-3	22-3580
大谷外科呼吸器科医院	常田 3-2-8	27-2220
岡田外科医院	中央 6-10-10	24-2662
金井医院	国分仁王堂 1122-1	22-9716
神藤クリニック	住吉 400	27-3331
川西生協診療所	仁古田 357-1	31-1411
川西病院	保野 710	38-2811
かんがわクリニック	蒼久保 1144-1	34-5151
共立産婦人科医院	中央 1-6-21	22-8480
熊坂内科	上塩尻 253-6	22-1936
小泉クリニック	小泉 775-7	81-0088
小井土内科医院	中央西 5-13-55	27-6666
甲田医院	中央 1-6-24	22-0859
甲田クリニック	古安曾 1833	38-3065
こさとクリニック	古里 1926-17	28-4111
五野医院	小島 294-5	38-0101
小松内科循環器科医院	上田 1493-3	27-2200
斎藤外科医院	蒼久保 1177	35-0887
ささき小児科医院	常磐城 5-1-19	27-7700
佐藤医院	五加 920	38-2543
佐藤胃腸科内科	中央 1-8-20	22-2342
塩田病院	中野 29-2	38-2221
城南医院	御所 373	22-3481
杉山クリニック	中央北 1-2-5	26-8200
諏訪形クリニック	諏訪形 888	25-5556
高野外科医院	秋和 493	22-8266
田中クリニック	常入 1-7-42	23-5757
田中整形外科医院	古里 1624-3	27-7711
千曲荘病院	中央東 4-6-1	22-6611
ついじ内科消化器科クリニック	築地 539-2	29-8686
角田産婦人科内科医院	上田 1210-3	27-7760
豊田医院	中央西 2-11-32	22-1158
日新堂医院	中央 3-14-22	22-0558
ハートクリニック上田	踏入 2-1225-6	23-0386
橋本医院	舞田 1	38-2033
半田循環器科内科医院	中之条 416-3	28-0888
豊殿診療所	殿城字神林 250-4	29-1220
堀こどもクリニック	中之条 800-5	23-5566
松井医院	三好町 552	22-0962
松尾内科小児科	常田 2-19-8	22-1355
三浦産婦人科	中央 3-16-10	22-0350
緑ヶ丘医院	中央西 2-13-14	26-8737
三原内科医院	中之条 99-21	27-6500
宮坂内科小児科医院	常田 2-5-3	22-0759
宮下胃腸科医院	中央西 1-15-12	22-4328
村上医院	大手 1-2-6	22-3740
室賀診療所	上室賀 13-5	31-1070
柳沢病院	中央西 1-2-10	22-0109
山極内科医院	別所温泉 177-3	38-7388
山越医院	国分 1015	26-5800
山田内科医院	下之郷 351-1	26-8181
吉田こども医院	常入 1-7-97	24-1222
依田医院	常磐城 5-3-3	28-1223
リサーチパーククリニック	下之郷 813-46	37-1133
わかた内科	新町 180-1	38-2540

※年度内に実施医療機関が変更・追加される場合があります。  
予約をする際ご確認の上、受診してください。

35歳以上の方対象 ●胃検診のお知らせ

既に申し込んでいる方には、事前に案内のはがきをお送りしますが、申し込んでいない方でも、当日検査を受けられますので、この機会にぜひご利用下さい。

1 検査内容

バリウムを飲んでから X線 で胃部の間接撮影を行います

2 受付時間 7 : 40 ~ 9 : 00

3 検診料 900 円

4 検診前に注意すること

- 検診前日の夜 9 時から検診が終了するまでは、飲食物はいっさいとらないでください。また、検診前日は刺激物・アルコール類は控えてください。
- 検診時の服装は、ファスナー・ボタン・金具類がなければ、トレーナー・Tシャツ・スウェットパンツ・ジャージなどをそのまま着用して検診が受けられます。
- 胃の手術を受けた方や治療中の方、妊娠している方や妊娠の可能性のある方は検診を受けられません。
- 7 月 14 日(木)と 7 月 22 日(木)の市役所保健センター会場には手話通訳の方が来ます。

胃検診 ● 6 月の日程

日時	A 会場	B 会場
6 月 7 日(月)	中村自治会館	西部公民館
6 月 8 日(火)	中村自治会館	西部公民館
6 月 9 日(水)	中村自治会館	西部公民館
6 月 10 日(木)	中村自治会館	西部公民館
6 月 11 日(金)	中之条公会堂	西部公民館
6 月 14 日(月)	中之条公会堂	西部公民館
6 月 15 日(火)	川辺・泉田地区防災センター	神川地区公民館
6 月 16 日(水)	川辺・泉田地区防災センター	神川地区公民館
6 月 17 日(木)	川辺町会館	神川地区公民館
6 月 18 日(金)	川辺町会館	大屋公会堂
6 月 21 日(月)	川辺町会館	中央公民館
6 月 22 日(火)	川辺町会館	中央公民館
6 月 23 日(水)	川辺町会館	中央公民館
6 月 24 日(木)	川辺町会館	中央公民館
6 月 25 日(金)	中村自治会館	中央公民館
6 月 28 日(月)	手塚公民館	豊殿農村環境改善センター
6 月 29 日(火)	J A 中塩田支所	豊殿農村環境改善センター
6 月 30 日(水)	J A 中塩田支所	豊殿農村環境改善センター

胃検診 ● 7 月の日程

日時	A 会場	B 会場
7 月 1 日(木)	東部地区防災センター	下堀コミュニティーセンター
7 月 2 日(金)	東部地区防災センター	上野が丘公民館
7 月 5 日(月)	東部地区防災センター	上野が丘公民館
7 月 6 日(火)	保野公民館	上野が丘公民館
7 月 7 日(水)	相染閣	上野が丘公民館
7 月 8 日(木)	相染閣	上野が丘公民館
7 月 9 日(金)	西塩田会館	上野が丘公民館
7 月 12 日(月)	鈴子公民館	上野が丘公民館
7 月 13 日(火)	鈴子公民館	上野が丘公民館
7 月 14 日(水)	塩田母子健康センター	市役所保健センター ☆
7 月 15 日(木)	塩田母子健康センター	市役所保健センター
7 月 16 日(金)	塩田母子健康センター	塩尻地区公民館
7 月 20 日(火)	下之郷公民館	塩尻地区公民館
7 月 21 日(水)	川西支所	市役所保健センター
7 月 22 日(木)	川西社会福祉センター	市役所保健センター ☆
7 月 23 日(金)	川西社会福祉センター	下郷公民館
7 月 26 日(月)	小泉区民会館	市役所保健センター

☆手話通訳の方が来ます。

問合せ / 健康推進課 TEL 23 - 8244

# 芒種

(ぼうしゆ) 六月五日

田植えの時期。



【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)



No.1392

2004年6月1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)