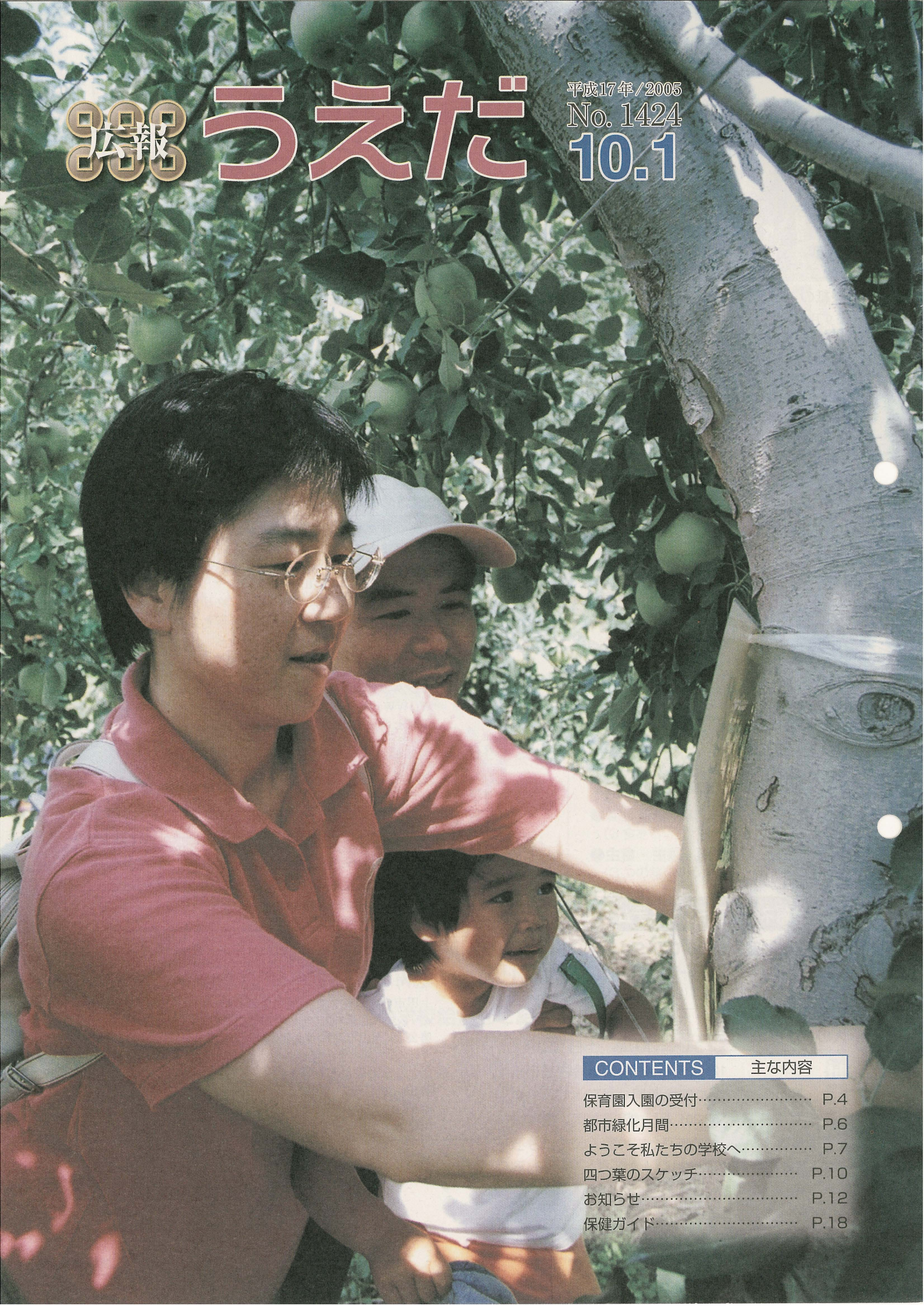
広報うえだ
平成17年/2005
No. 1424
10.1



CONTENTS 主な内容

保育園入園の受付…… P.4
都市緑化月間…… P.6
ようこそ私たちの学校へ…… P.7
四つ葉のスケッチ…… P.10
お知らせ…… P.12
保健ガイド…… P.18

表紙のことば

9月3日(土)、JA塩田東山観光農園に姉妹都市・神奈川県鎌倉市の市民の皆さんなど約80人が訪れました。これは市の観光振興プロジェクトの一環で、りんごの木のオーナー制度に応募した皆さんが、オーナー木に名前の入った札を結び付けに来られたものです。10月は葉摘み体験、11月には待ちに待った収穫です。信州の実りの秋を存分に楽しめるとといいですね。

10.1 神無月

かんなづき

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)

人のうごき (9月1日現在)

人口	121,929人(＋26)
男	59,728人(－ 6)
女	62,201人(＋32)
世帯数	46,695戸(－ 4)
外国人登録者数	5,175人(＋23)
男	2,593人(＋22)
女	2,582人(＋ 1)

※(　)内は前月比

10月8日～22日 行事・イベントカレンダー

10

8(土)
風間完の描く真田太平記さし絵展▶ p.20
菅平高原大収穫際▶ p.11
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)

9(日)
第19回 上田古戦場健康マラソン大会(8:30～／上田城跡公園陸上競技場)

10(月)
体育の日
アクアわくわくプラザまつり▶ p.14
伝承あそび▶ p.16

11(火)

12(水)

13(木)
ママのためのパソコン小物づくり▶ p.16
エコハウス「わくわく講座」▶ p.13

14(金)
母と子の集い▶ p.14

15(土)
上小地域日本画作家展▶ p.16
げんきまるこ産業フェスタ▶ p.11
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)
粗大ごみの回収(10:00～12:00／クリーンセンター駐車場)
市民プラザ・ゆう第29回総合作品展▶ p.8
秋の星空と神話▶ p16
第3回 いきいきシルバー祭り▶ p.15
上田市文化少年団発足記念文化講演会▶ p.14
デジタルカメラ講座入門編▶ p.16
WOWWOW 新釈眞田十勇士「上田城攻防」上映▶ p.16
情報セキュリティ対策ビデオ上映▶ p.16

16(日)
第18回 うえだ環境フェア・資源活用広場▶ p.11
室賀温泉ささらの湯 温泉祭り▶ p.15

17(月)
ひきこもりの方の家族教室▶ p.13

18(火)

19(水)
JICA 海外ボランティア秋募集説明会▶ p.12

20(木)

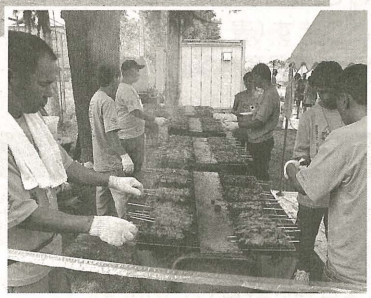
21(金)
2005上田地域総合産業展▶ p.15
長野盲学校の学校開放▶ p.13

22(土)
真田幸村ロマンウォーク(8:00～／上田城跡駐車場芝生広場(尼が淵広場))
本のリサイクル市▶ p.13
上田市の学校給食をご紹介します▶ p.19
クリスマスデジタルアートグランプリ作品づくりセミナー▶ p.16
第28回 上田市高齢者文化祭▶ p.15
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)
第2回 わくわくファミリーフェスタ▶ p.14
第8回 民話フェスティバル in うえだ▶ p.15
山田誠浩・朗読への招待▶ p.16

今号の「市長のほっとレター」と「うえだ建物探訪」はお休みです。

カメラスケッチ 2005

写真をご希望の方は、秘書課広報うえだ担当へお電話ください。
☎22・4100　内線1115



ブラジル田舎祭り
9月4日(日)

子ども達のかわいいダンスに、行列ができていたシュハスコ（串焼きの肉）やパステル（ひき肉やチーズなど、好みの具を入れて揚げたパイ）などのブラジル料理、そしてブラジル人歌手のコンサートがあったりと、ブラジルの人たちが旧交をあたためたり、ブラジル文化に触れることのできる楽しい一日となりました。

別所線撮影会　9月19日(月)

ときめきレディーをモデルに秋の別所線沿線をカメラに収める別所線撮影会が開かれました。35人ほどが参加して、盛んにシャッターを切っていました。

また、この日はプロのカメラマンによる沿線でのデジタルカメラ講座や、「サパトス」の皆さんによるまるまど号ストリートライブも披露されるなど、沿線は一日中にぎわいました。

●「かかりつけ医」「かかりつけ薬剤師」に相談しましょう●

【問合せ】健康推進課　☎28・7123

体の具合が悪い時、日頃からあなたやご家族のことをよく知っている「かかりつけ医」にまず相談してみましょう。

かかりつけ医とは、あなたやご家族の病気のことについて親身になって診てくれるお医者さんのことです。かかりつけ医は、健康管理全般にはじまり、病気の早期発見、初期治療、慢性疾患の治療、経過観察などを行います。かかりつけ医は、日頃から健康状態を把握しており、迅速で正確な診断が可能となります。

かかりつけ医により、精密検査や入院が必要と判断された場合には、紹介状により、適切な病院に紹介されます。

また長野病院は、地域の医療機関の中核となる地域医療支援病院として、かかりつけ医や一般病院と連携して、がん治療や循環器疾患などの高度専門医療を行っています。かかりつけ医の紹介状を持って受診するようにしましょう。

日ごろからご自身や家族の健康管理のために、また、いざという時のためにも、何でも相談できる「かかりつけ医」や、薬を安心して使用するため「かかりつけ薬剤師」がいると安心です。日ごろから心がけておきましょう。

「心豊かな子ども」を育てる支援をしています

保育園　入園受付のご案内

市では、「心豊かな子ども」を保育目標に、家庭と手を取り合い、地域とのふれあいを大切にしながら、一人ひとりに向き合った保育をしています。家庭と保育園でいっしょに、子どもたちの心身の健やかな成長を考え、見守っていきましょう。

保育園はどんなところ

保育園は、保護者が仕事・病気等により、家庭で子どもの保育ができない場合に、0歳から小学校就学前までの乳幼児を対象に、家庭に代わって保育を行う児童福祉施設です。

保育時間は

月～金 … 午前8時30分 ～ 午後4時30分
土　… 午前8時30分 ～ 午後0時30分
（園によって保育時間が異なる場合があります。）
保護者の勤務等に合わせて、朝・夕ともに時間を延長している保育園があります（表1参照）。利用の際は、保育料のほかに延長保育料が必要です。

保育料はどうなるの

公立・私立とも基本となる保育料は同じです。家庭の課税状況（保護者等が前年に支払った税金の額）や子どもの年齢によって決まります（年齢は、4月初日で判断します）。

市では、保護者の負担を軽減するため、次のような場合に保育料を軽減しています。

・同一世帯で2人以上の児童が同時に入園している場合
・同一世帯の第1子が小学生で、第3子以降にあたる児童が入園している場合

なお、詳しくは児童保育課にお問い合わせください。

保育サービスの紹介

□入園児童を対象にしているサービス

○**休日保育**…保護者の仕事の都合等で休日に保育を必要とする場合に利用できます。利用する際は、利用登録が必要となり、平日に振替休日をとっていただきます。申し込みは通園する保育園にしてください。ただし、緊急の場合は休日保育実施園に直接申し込んでください（表1参照）。

○**障害のある子どもの保育**…保育園での集団生活が可能な範囲でお預りします。

○**給食**…地場農産物の利用に努め、安全でおいしい給食を提供します（献立表配布）。なお、3歳以上児については、主食を持たせてください。

□入園していない児童を対象としているサービス

○**一時保育**…保護者の仕事（求職活動等）・出産・病気（通院）・冠婚葬祭等で、一時的に家庭で子どもの保育をすることができない場合に利用できます。利用の際は、一時保育料が必要となります。

□その他のサービス

○**子育て支援・相談**

子育てに関する相談等を子育て支援センターや各保育園で受け付けています。

また、子育て支援センターや各保育園では保育園等に通園していない児童を対象に園開放等を行っています。詳しくは、市役所・各支所・公民館等にある子育て支援センター通信をご覧ください。

○**子育て支援施設「ゆりかご」**（上田市産院に隣接　TEL 21・5008）

・**病後児一時預り**…保育園等に通園中の乳幼児が病気回復期のため集団生活が困難な場合に利用が可能です。

・**出産育児支援**…出産後のお母さんと赤ちゃんの生活を応援します。家庭での育児が不安なかた、産後の肥立ちが思わしくないかたなどが利用可能です。

平成18年度　保育園入園の受付

保育園では、新しく入園を希望されるかた、または育児休業終了から入園を希望されるかたを対象に次のとおり平成18年度の入園申し込みを受け付けます。

平成18年3月に予定している丸子町、真田町、武石村との合併に伴い、合併3町村の保育園への申し込みも可能ですので、希望されるかたはお申し込みください。

■入園できる基準

保育園に入園できるのは、次のいずれかに該当するかたです（詳しくはご相談ください）。

○保護者が家庭外で働いている、または自営業・内職をしているため子どもの保育ができない。
○母親が妊娠中である、または出産後間がない（この場合、入園期間に限度があります。詳しくは児童保育課へ）。
○保護者が病気や心身の障害など、または家庭にいる病人等を看護しているため児童の保育ができない。
○火災・風水害・地震などの災害のため、その復旧の間、児童の保育ができない。

■受付期間

受付日	受付場所
11月7日(月)～8日(火) 12:00 ～ 18:00	入園を希望する保育園
11月9日(水)～10日(木) 12:00 ～ 19:00	市役所　南庁舎5階　第4会議室 ※保育園で申し込みをしなかった場合

（表1）保育園の概要

	保育園名	所在地	電話番号	保育時間（延長含む）平日（土曜日）	定員（人）	入園年齢	一時保育	休日保育
私立	甘露	中央 5-9-29	22-7665	7:00 ～ 20:00（19:00）	90	0歳から	○	
	芙蓉	中央北 2-7-51	22-1147	7:00 ～ 19:30（17:30）	150	0歳から		
	聖ミカエル	中央 3-16-1	22-1361	8:00 ～ 19:00（17:00）	60	0歳から	○	
	かんぎおん	常磐城 3-7-48	22-1595	7:00 ～ 19:20（19:00）	80	0歳から	○	
	みのり	中之条 501-10	22-0465	7:00 ～ 19:00（17:30）	90	0歳から	○	
	西丘	芳田 1411-1	35-1157	7:00 ～ 19:00（19:00）	150	0歳から	○	
	常田	常田 2-30-17	22-1520	7:30 ～ 19:30（17:30）	36	0歳から	○	
	秋和	秋和 864-3	27-8820	6:45 ～ 19:45（19:00）	120	0歳から	○	
	三好町	諏訪形 1169-1	25-1160	7:00 ～ 19:30（18:00）	175	0歳から		
	あゆみ	古里 824-8	23-0503	7:15 ～ 19:15（18:00）	90	0歳から	○	
公立	東部	常田 3-4-34	22-0682	7:30 ～ 19:00（17:30）	140	0歳から	○	
	南部	常田 1-5-1	22-7108	7:30 ～ 19:30（17:30）	70	0歳から		○
	北	常磐城 5-7-25	22-3475	8:00 ～ 18:00（12:30）	90	1歳から		
	塩尻	上塩尻 195-1	22-3476	8:00 ～ 18:00（12:30）	60	1歳から		
	神川第一	大屋 631-2	35-0299	8:30 ～ 16:30（12:30）	60	1歳から		
	神川第二	芳田 1766-2	35-0349	8:00 ～ 18:00（12:30）	60	1歳から		
	国分	国分 745-イ	27-0105	7:30 ～ 18:00（15:00）	60	1歳から		
	神科第一	住吉 707-2	22-0597	8:00 ～ 18:00（12:30）	100	1歳から		
	神科第二	古里 137-6	22-0598	7:30 ～ 19:30（17:30）	140	0歳から	○	○
	豊殿	芳田 982-3	22-6802	8:00 ～ 18:00（15:00）	90	0歳から		
	城下	諏訪形 934	22-0887	7:30 ～ 18:30（15:00）	120	0歳から		
	川辺	上田原 518	22-5029	7:30 ～ 18:30（17:00）	120	0歳から		
	下之条	下之条 801-イ	27-2986	8:00 ～ 18:00（12:30）	75	1歳から		
	泉田	吉田 157-3	22-5163	8:00 ～ 18:00（15:00）	60	1歳から		
	塩田中央	中野 419-1	38-2512	7:30 ～ 19:30（17:30）	130	0歳から	○	○
	東塩田	下之郷 806-3	38-2552	7:30 ～ 19:00（17:30）	150	0歳から		
	西塩田	手塚 1086-3	38-2609	8:00 ～ 18:00（12:30）	80	1歳から		
	塩田北	小島 122	38-2636	7:30 ～ 19:00（17:30）	120	0歳から		
	浦里	仁古田 171	31-2058	7:30 ～ 19:00（15:00）	90	0歳から		
	室賀	下室賀 2336-1	31-2142	8:00 ～ 18:00（15:00）	60	0歳から		
	小泉	小泉 739-4	24-7356	8:30 ～ 16:30（12:30）	60	1歳から		
	中丸子	丸子町中丸子1852-5	42-2644	7:30 ～ 18:30（15:00）	120	0歳から	○	
	みなみ	丸子町腰越 1376-1	42-2183	7:30 ～ 18:30（12:30）	70	1歳から		
	東内	丸子町東内 2570-1	42-2217	7:30 ～ 18:30（12:30）	60	1歳から		
	西内	丸子町西内 8	44-2200	7:30 ～ 18:30（12:30）	60	0歳から	○	
	依田	丸子町生田 4953-2	42-2423	7:30 ～ 18:30（12:30）	150	0歳から		
	長瀬	丸子町長瀬 2466	42-2401	7:30 ～ 18:30（12:30）	110	0歳から		
	塩川	丸子町塩川 1458	35-0034	7:30 ～ 18:30（12:30）	70	1歳から		
	さなだ	真田町長 6301	72-2050	7:30 ～ 19:00（12:30）	150	0歳から		
	そえひ	真田町傍陽 6293	73-2532	7:30 ～ 19:00（ ※ ）	60	0歳から	○	
	すがだいら	真田町長 1223-392	74-2160	8:30 ～ 18:00（12:30）	60	1歳から		
	武石	武石村下武石 752	85-2113	7:30 ～ 19:00（12:30）	120	0歳から	○	

※土曜日は、さなだ保育園で受け入れます。

■申込方法

申込書は10月11日(火)から各保育園・児童保育課・各支所で配布します。必要事項を記入のうえ提出してください。このほか、申込書以外に必要な書類があります。詳しくは、申込書といっしょにお配りする「保育園入園のしおり」をご覧ください。

なお、出産前から申し込みができます。母子健康手帳をお持ちのうえ申し込みをしてください。

■保育園・保育料の決定等

入園年齢は4月初日の年齢で判断します。入園希望園の申し込みが集中した場合は、第2希望以降の保育園になる場合があります。

また4月～6月までの保育料は、保護者のかたから提出していただいた書類をもとに暫定で決定し4月中旬に通知します。

正式な決定は、市県民税額の確定後（通常は6月）になります。この決定に伴い年度途中で保育料が変更になる場合があります。

■途中入園

特別な事情で急きょ入園する必要が生じた場合は、受け入れの可能な範囲で年度途中での入園を受け付けています。

【申込みから入園までの流れ】（概要）

11/7～11/10　新規入園申し込み受付
↓
11月～1月　入園基準審査・各保育園の人数調整
↓
2月上旬　入園承諾書発送
↓
2月下旬　入園説明会
↓
4月上旬　入園式
↓
4月中旬　保育料決定通知発送

■問い合わせ　児童保育課（TEL 23-5132）ホームページアドレス　http://www.city.ueda.nagano.jp/hoikuka/

都市緑化月間　10月1日～31日

都市（まち）に緑と公園を！

毎日の生活に季節感とうるおいを与え、美しいまちづくりや温暖化防止・ヒートアイランドなどの環境問題に多面的な機能を発揮する「緑」の役割は、ますます高まっています。緑が果たす役割や緑を育て守ることの大切さを考え、花いっぱいのまちづくりを地域全体に広げましょう。

●市では、次の3つを重点的に行っています●

緑化の推進

《下本郷》
子どもから大人まで協力しながら楽しく花植え作業

緑地の保全

《染屋台グリーンベルト》
市の中心地に残る貴重な緑地帯

都市公園等の整備

《美穂ヶ池市民緑地》
ビオトープ型の公園
今後整備予定…山王山公園・神畑公園など

緑を大切にし、まちに潤いや彩りを添える「花と緑のまちづくり」に積極的に取り組んでいる市民の皆さんを紹介します。

春が最高！種まきを始めたら楽しくて、毎年春が待ち遠しいです。

沢辺和江さん（吉田）

花づくりは10年くらいやっていますが、昨年の「花づくり講習会」への参加がきっかけで、花の種銀行を利用し始めました。それからは種まきをして花を育てる春がとても待ち遠しいです。種は毎年「種まき実技講習会」に参加した時にまいています。講習会のたびに新しいことを学べるので何回も出ています。

たくさん種をまくのでポット上げは大変です。でも、苗を育ててお友達に分けて喜んでもらえるのが嬉しくてがんばっています。昨年はパンジーに挑戦しました。苗を昼間は外に出し、夜は温室へ入れて育てたので苦労しました。今年は違う方法で育てようと思っています。

沿線の花壇・林之郷

林之郷福寿会の皆さん

今年初めて花壇を管理しています。花の苗を植える前に、3日ほどかけて花壇を耕し、花を植えられる状態にしました。小さなプラグ苗を、植えてから10日ほど2人ずつの組で、交替で毎日夕方、近所のお宅からいただいた水で世話をして、日照りを乗り切りました。また、知り合いからいただいた堆肥を花壇に敷いたところ、雑草が生えるのを防ぎ、乾燥を抑えることができています。

福寿会は農家の方が多く、植物のことをよく知っていて、水くれの時期等植物にとっての大事な時期を見逃さずにできたと思います。

このように、多くの方の協力で、きれいな花を咲かせることができ、地域の人と人の和を図ることができました。

■公園を気持ち良く利用するために

市内には、現在250か所をこえる大小さまざまな公園があります。このうち、上田城跡公園、長池公園などの大きな公園以外は、地域の皆さんによって維持管理が行われています。一方、ゴミが散乱し犬のふんが放置されている公園もあります。また、施設が壊されたり、夜遅くまで騒いだり、花火をして周辺に迷惑をかける行為も見られます。

訪れる人が気持ちよく利用できるようマナーを守り、安全な憩いの場づくりにご協力をお願いします。

※花の種銀行・花を育て隊・庭木の剪定講習会のお知らせは12・13ページをご覧ください。

問合せ　公園緑地課☎23・5134

ようこそ私たちの学校へ

●第二中学校●
地域に生きる中学生を目指して

中学生になると、地域とのつながりが薄れがち。そんな反省から、第二中学校では「地域に生きる中学生」を目指して様々な活動に取り組んでいます。

自分たちの学区をきれいにしようと、毎月1回全校生徒で通学路清掃をしています。また、地域行事・作業に参加しようということで、ゴミゼロ・祇園祭・上田わっしょいに参加したり、資源ごみ回収の早朝のお手伝いをしている地域も出てきました。

畑で小中学生が地域の方とお芋づくりをして、震災被害地に送る活動をしたところもありました。中学生も地域づくりに一役買わなければと思えるようになりました。

◀朝の通学路清掃

◀元気農園の草取り・ジャガイモ掘りに参加

上田キネマ館
映画の舞台をめぐる
Take 15

馬場直次郎と上田ロケ

「映画のまち・上田」は、第二次大戦前から続いている上田のロケ支援に由来する。

明治、大正期の上田は、蚕種の製造販売などにより高い経済力に裏打ちされた文化のまちだった。山本鼎の自由画運動、日本農民美術研究所、三吉米熊の小県蚕業学校・上田蚕糸専門学校など、国内を代表する教育機関の開設。さらに、土田杏村らの自由大学の活動により、思想的にも新風が吹き込んでいた。

一方、娯楽面でも、東京から歌舞伎役者を招いての通し狂言の開演や当時新しく登場した映画の上映などが、田舎とは思えないモダンな雰囲気を漂わせていた。こうした、全国稀なおしゃれなまちに、「このまちで映画を撮影できないか」と当時としては画期的な考えを持った男がいた。塩尻で蚕種製造販売業を営む馬場直次郎（通称：直二郎）だ。仕事で関東方面に行く合間に、松竹大船撮影所などを訪ね、映画監督やスタッフと交流。持ち前の好奇心と実行力で映画業界の知り合いが増えていったという。

そんな中で、日本映画の巨匠・五所平之助監督を始めとする数多くの監督たちとの付き合いの中から、上田の映画ロケは一躍発展する。戦後間もないころ、直次郎が松竹大船の映画スタッフに送った上田ロケのメモにはエキストラや大八車などロケ用備品についての手配状況が書かれている。

映像ロケ支援組織「フィルムコミッション」は1940年代に初めてアメリカで誕生するが、このころ上田でも直次郎が同じようなロケ支援活動をしていた。

（信州上田フィルムコミッション）

岡本喜八監督（左）と馬場直次郎さん（右）
昭和52年夏、「姿三四郎」のロケで上田に立ち寄った岡本喜八監督ほかロケ隊一行が、塩尻・馬場さん宅を訪れた。
（写真：馬場慶一さん所蔵）

性別によって制限されずに、職業選択ができる社会になってきました。今まで女性中心の職場だった保育園から、その変化の風をお伝えするシリーズの第3回目です。第1回目は男性保育士の小林鉄平さんに、第2回目は園長の戸谷美ち子さんにお話をうかがいました。シリーズ最終回の今回は、保護者の方の声をお聞きしました。

■保育園に男性の保育士がいることについてどう思いますか？

○延長保育をしてもらっていて、遅いときもあるので防犯の面でなんとなく安心です。保育士の方が男性でも、特に違和感はないです。(保育園という)環境に変化があっていいと思いますよ。男性も女性もいたほうがいいのではないでしょうか。

○子どもの相手をするには、女性だけでなく、男性の力が必要な部分がかなりあると思います。うちは母子家庭なんです。子どもは父親くらいの若い年齢の男性と接する機会がほとんどないので、男性には人見知りをしがちでしたが、若い男性に慣れることができました。抱きついたりちょっかいを出したり、もう人見知りをしているようには見えません。

○子どもたちは小林先生のことが大好きです。先生というよりも“お兄ちゃん”。男性ならではの遊びをしてくれますよね。子どもたちを高いところまで抱き上げるとか、ダイナミックなことは女性の力では危ないし、難しいですが、子どもが思いっきりぶつかっていけます。子どもは加減をしないので、女性の先生にあまり勢いよくぶつかっていくと、私も心配になったりするのですが、小林先生は若いこともあって、思い切りぶつかっても受け止めてくれる。子どもたちは、家に帰るとぐっすりですね。

保護者の方は、男性の保育士がまだまだ少ないということに驚かれていました。意識の上では普通になりつつあるのですから、実際に、男性の保育士が何人もいるということが普通になるといいですね。

取材にうかがったとき、子どもが「だっこだっこ」といって甘えていました。「鉄平のうちに行っていい?」と真剣な顔。何回も飛びついて遊ぶ子もいました。子どもたちにとっては、お母さんやお姉ちゃんのような先生がいても、お父さんやお兄ちゃんのような先生がいても、どちらも自然なことです。

子どもたちはまだ小さいので、インタビューに答えてもらうというわけにはいきませんでしたが、そうやって慕う様子が、子どもたちの「声」だと戸谷先生がおっしゃっていたのが印象的でした。

男女共同参画課　☎23・5245

市民プラザ・ゆうからのお知らせ

〒386-0014 材木町1-2-2　☎27・2988　FAX 27・3123

■後期エンパワーメント講座受講生募集

講座内容	日　時	定員	受講料等
暮らしいきいき講座(全5回)	11月1日～29日までの毎週火曜日 10:00～12:00	20人	1,000円
子育て中の人のパソコン講座(Excelで家計簿)	11月17日(木)、18日(金) 10:00～15:00	17人	800円
センスアップマナー講座(全8回)	10月26日～12月21日までの毎週水曜日(11月23日を除く) 19:00～20:30	15人	1,800円
クリスマス・お正月のおもてなし料理講座(全4回)	11月24日～12月15日までの毎週木曜日　18:30～20:30	16人	3,200円 材料費込

申込み　10月18日(火)15:00～　市民プラザ・ゆうへ受講料を添えてお申し込みください

■市民プラザ・ゆう 第29回 総合作品展

日時　10月15日(土)10:00～17:00、16日(日)10:00～15:00
内容　作品展示・お茶席・太極拳発表・帯結びの実演・作品販売など

■グループメンバーの募集

市民プラザ・ゆう講座修了者で作っている育成グループの追加募集をします。申込み締切日は11月18日(金)。入会希望の方は、体験日を設けましたので、ご参加ください。

No.	グループ名	内容	募集人数	体験日
1	ヴァッサ絵グループ	透明水彩画	5人	11/8(火)13:30～16:00
2	遊彩彩	透明水彩画	6～8人	11/4(金)18:00～20:00
3	きさらぎの会	毛筆習字	10人	10/26(水)15:00～16:30
4	桂筆会	毛筆習字	10人	10/26(水)18:30～20:30
5	桂墨会	毛筆習字	10人	10/26(水)15:00～16:30
6	竹の葉クラブ	毛筆習字	5人	10/25(火)18:00～20:00
7	太極拳さわやか	太極拳	10人	11/7(木)13:30～15:30
8	オニオンリング	英会話	5人	10/26(水)14:30～15:30
9	すずらん	パッチワーク	5人	11/17(木)14:00～16:00
10	ハングル'05	韓国語	10人	11/15(火)14:00～15:30
11	コスモス押し花会	押し花	5人	10/19(水)13:30～16:00
12	ラベンダー	パッチワーク	5人	10/28(金)9:30～11:30
13	シクラメン	パッチワーク	5人	11/2(水)9:30～11:30

詳しくは、市民プラザ・ゆうへお問い合わせください

今月の投稿作品（7月23日～8月23日到着分）
短歌…71首　俳句…179句　川柳…176句　計…426作品

文芸

短歌

熊坂　年成　選

入選

想ひ出を集めて散らしまた拾ひ余白の色を探して生きむ　愛宕町　中井比奈江

過ぎこしのわがこと一つ終はるごと失せつつやがて消ゆる遠花火（とほはなび）　矢沢　青木　杏生（きょうせい）

光陰に遅るるなかれと若き日ありき今ノロノロと一輪車押す　小牧　宮島　正

佳作

妹らが賜ひし蘭（らん）を撫（な）づる背に還暦の夫の想ひあふるる　下房山　秋山千枝子

老の華咲かせてみたい弾けたい痛む手足の生きる証に　下本郷　久保あきよ

投げ餅に千の手が伸び大寺の空高だかと福舞い上がる　須川　手塚喜代子

あかあかと沈む夕陽は大きくてボルガの水を七色に染む　丸堀　長谷川　貢

選者詠

新しき日本の建設願ふ日に首都大地震の兆流布（きざしるふ）さる

俳句

島田　洋子　選

入選

病院の壁に掛けたる夏帽子　浦野　小林　信宏

盆の客パソコン教へ帰りけり　千曲町　神原　晴一

いろいろと耐へることあり蝉の殻　小牧　片岡　てつ

佳作

どくだみの花や真昼の暗がりに　中央西　金子　保夫

初蝉のひと鳴きごとに場所移す　北大手　中曽根和夫

茴香の花噛む悔いの苦ければ　下房山　秋山千枝子

葱坊主立たされしまま実をこぼす　福田　田中優美子

宙に向けわっせわっせと油蝉　上堀　工藤じゅん

芙蓉咲く浴衣美人を見るごとし　八木沢　田中　久子

葉一枚揺らす滴り苔つたう　中野　本木　せつ

谷間の宿の灯りや河鹿鳴く　小泉　木村　シモ

五位鷺の声こもりゐる沢樹林　古里　秋山　二郎

選者吟　山消えて雨に灯の透くつけば小屋

川柳

臣川　南月　選

入選

ヘソクリを仕舞忘れて妻に聞き　緑が丘　宮崎善一郎

糊効いた浴衣はまるで奴凧　御所　手塚　利勝

政界は内緒の渦に充ちあふれ　下常田　遠藤　夙子

佳作

母の味子ら真似てるよ内祝　諏訪形　鷲沢　昭月

切り抜きは老化を防ぐ記事ばかり　秋和　坂口　牧秋

趣味の友有りて豊かな老いの日々　諏訪部　小林まつ子

いつ迄も子を思う親愚かしく　学海南　田中すい子

陣笠は解散風で向きを変え　上常田　白倉　忠雄

孫は今障子ずたずた食べている　山口　山崎さち子

酔客の相槌打って疲れ増し　千曲町　西沢　紀子

ネクタイが嫌いで貧乏神と居る　築地　宮下　昌人

コスモスに転ばぬ先の杖持たせ　小泉　宮崎喜代子

選者吟　喝采へ馬鹿に成り切る難しさ

十二月号の投稿方法　はがきで上田市教育委員会まで

住所　〒三八六―〇〇二五　天神二―四―七四まで

締切り　十月二一日（金）必着

〈訂正とお詫び〉 6月1日号の俳句入選者を「上常田　大森松枝」さんに訂正してお詫びします。

自動交付機から税証明書が交付できなくなります

税務課☎23・5115　収税課☎23・5117

平成18年1月から市役所と創造館に設置してある自動交付機からの税関係の証明書（所得証明、税額証明、納税証明）の交付を中止します。

これに伴い、税証明書の交付は、次の窓口でお願いします。

交付場所	交付時間
税務課（所得証明、税額証明）、収税課（納税証明）、豊殿・塩田・川西支所	平日　8:30～17:15
上田情報ライブラリー（火曜日・祝日の翌日は休館）	平日　10:00～19:00 休日　10:00～18:00

＊窓口に申請に来ることが困難な方は、郵送による申請をご利用ください。

住民票と印鑑証明書の様式が変わりました

市民協働課☎22・4100（内線1355）

窓口で交付している住民票の写しの様式がB5横からA4縦に変わりました。また印鑑証明書と住民票の除票・改製除票の様式がB5からA4に変わりました。なお自動交付機で交付している住民票と印鑑証明書の用紙の大きさは従来のとおりB5です（平成18年1月から窓口と同一の様式になります）。

窓口	市民協働課、豊殿・塩田・川西支所、上田情報ライブラリー
自動交付機	上田市役所、上田創造館

住民基本台帳カードをご利用ください

市民協働課☎22・4100（内線1355）

住民基本台帳カードは次のことに利用できます。

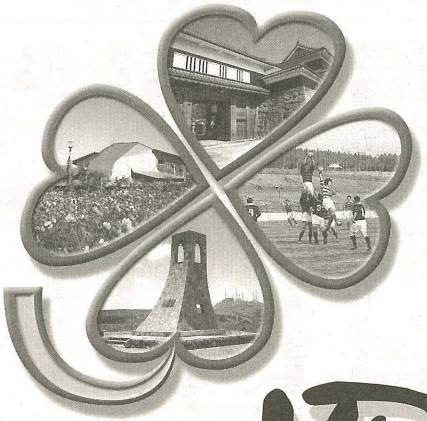
希望する方は市民協働課へ申請してください。

1 本人確認の証明書として利用できます
2 全国の市町村役場で住民票の写しが取得できます。
3 窓口での転入転出の手続きが、転入時の1回だけになります。
4 公的個人認証サービスの電子証明書の保存用カードになります。

なお、住民基本台帳カードは即日交付しておりません。後日、市役所から御自宅に郵送される「住民基本台帳カード交付通知書兼照会書」と引き換えにお渡しします。顔写真は来庁時に撮影します

＜申請に必要なもの＞

印鑑（認印）、身分証明書（運転免許証・パスポート等の官公庁が発行した顔写真入りの身分証明書（ない場合は保険証・年金手帳等））、手数料500円



上田市 丸子町 真田町 武石村 共通企画

四つ葉のスケッチ

来年の春、私たちの住むまちは合併して新しい市に生まれ変わります。お互いのまちにはどんな個性があるのでしょうか？ このコーナーでは、４市町村の魅力を毎月テーマに沿って紹介します。

●今月のテーマ　うごく

まるこ

息の合った動き

丸子実高 男子バレー部

明治45年創立の丸子実業高校は、スポーツがとても盛ん。野球や陸上、ボクシングなどは県内有数の実力校、全国での活躍も目立ちます。

なかでも今、注目なのが男子バレーボール部。昨年は、念願だった春高バレーやインターハイへの初出場を決め、その名を全国に轟かせました。今年の県高校総体では、決勝で惜しくもライバルの岡谷工に敗れてしまいましたが、その後の大会で雪辱を果たし、秋の国体にも5人の選手が出場します。彼らの活躍はこれからが本番です。

たけし

紅葉で色づいた村里を走る

ともしびの里駅伝大会

さわやかな秋の空気の中、武石村を駆け抜ける「ともしびの里駅伝大会」。今年で16回目をむかえ、県内はもちろん、県外からも数多くのチームが参加します。コースは全長25・1㎞、7区間で、高低差は150mあります。参加資格は小学4年生以上ですが、日ごろ鍛えた健脚を見せるチーム、参加することに意義があるチームとさまざまです。この時期は紅葉も見ごろです。スポーツの秋、色づいた山々を眺めながら健康づくりはいかがですか。

Information

■丸子町

げんきまるこ産業フェスタ '05

特産品の展示販売や農産物の直売、食のまつりなど、楽しいイベントが盛りだくさん。16日には「木曽義仲挙兵武者行列」が、丸子町文化会館からメイン会場まで行われます。ご家族揃ってお出かけください。

日　時　10月15日(土)　10:00～16:00
　　16日(日)　9:00～15:00
場　所　カネボウ跡地（中丸子）
問合せ　丸子町商工会　☎42・2213

■武石村

ともしびの里文化祭開催

芸術の秋、文化祭に行ってみよう!

日　時　11月5日(土)　9:00～21:00
　　11月6日(日)　9:00～15:00
場　所　武石村中央公民館ほか
問合せ　武石村教育委員会　☎85・2030

■真田町

菅平高原大収穫祭

ハクサイ、レタス、ニンジン、きのこ…菅平産野菜の直売や、コーンスープ、きのこ汁、ふかしじゃがいもなど高原の味も楽しめます。さらに、冬の宿泊券・リフト券・ヘリスキー搭乗券が当るトクトク抽選会も。気になる見逃せない2日間です。

日　程　10月8日(土)・9日(日)
場　所　JA信州うえだ菅平支所前広場
問合せ　菅平高原観光協会　☎74・2003

■上田市

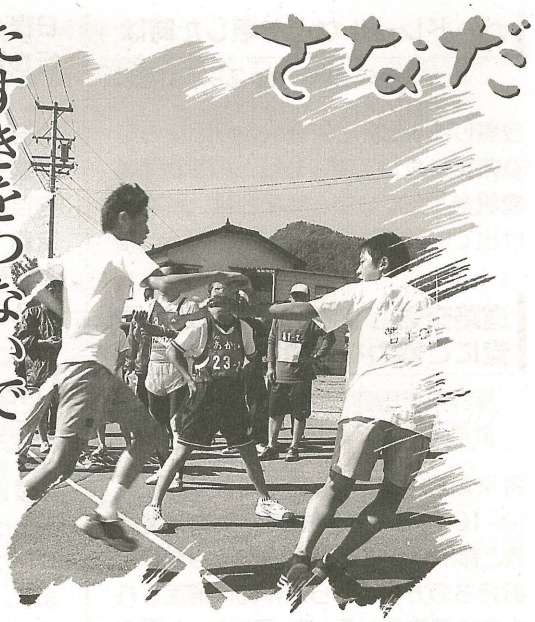
第18回 うえだ環境フェア
フリーマーケット（資源活用広場）

参加25団体による環境や消費生活に関する展示・発表、環境クイズ、体験コーナー、バザー、野菜果物・農産物加工品販売、フリーマーケットコーナー、花鉢・エコ文具などのプレゼントや園芸用肥料の無料配布（数に限りあり）があります。ぜひお出かけください。

日　時　10月16日(日)　10:00～15:00
会　場　上田創造館とその周辺
問合せ　生活環境課　☎23・5120

新市誕生まで、あと156日
（平成17年10月1日現在）

さなだ



たすきをつないで 町内一周

第47回 町一周駅伝大会

体を動かしたいスポーツの秋。真田町恒例の行事が、町一周駅伝大会です。町発足の昭和33年に始まったこの大会は、今年で47回目を数えます。

地区代表を始め、姉妹町の和歌山県九度山町、町内クラブなど、昨年は42チームが参加。6区間23・7キロメートルをたすきでつなぎます。

ひと月以上前から練習を重ねるチームもあり、中学生から大人まで参加する駅伝大会に、当日は多くの人が、沿道から声援を送ります。

うえだ

城下町の歴史をたどる

真田幸村ロマンウォーク

上田は「リュックの似合うまち」。歩いてみれば、普段は通り過ぎていたまちの風景の中に新しい発見があります。10月22日（土）・23日（日）に行われる「真田幸村ロマンウォーク」は、城下町・上田の歴史を歩いてめぐる秋の恒例イベントで、全国から多くの参加者が集結します。上田城を起点に、城下町や鎌倉街道・丸子城、「蚕都」上田の遺産、寺社・北国街道などを歩きます。申込みは10月7日（金）まで。4市町村役場窓口に申込書があります。

ガードレールなどを壊した時は

管理課　☎23・5125

放置しますと新たな事故の原因にもなり非常に危険です。もし、道路の付属施設を壊してしまった場合は、必ず届け出ていただきますようお願いします。

道路交通センサス・都市OD調査にご協力をお願いします

長野県上田建設事務所　管理計画課
計画調査ユニット　☎25・7165

将来の道路づくり計画を策定するために、10～11月に全国道路交通情勢調査と都市OD調査を行います。自動車をお持ちの方の中から無作為に選定された方に調査員が伺って、アンケート調査を行いますので、ご協力をお願いします。

児童手当の請求はお済みですか？

児童保育課　☎23・5132

児童手当は、小学校第3学年修了前まで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を超えていない場合、認定請求をされた翌月から児童手当が支給されます。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、上田市に転入された方で認定請求をされていない方は、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）。なお、平成17年6月分から9月分までの児童手当を10月15日に指定の口座に振り込みますので確認してください。詳細は児童保育課へ

募　集

在宅介護者リフレッシュの集い

上田市社会福祉協議会 ☎27・2025

日程　11月7日(月)
行き先　上山田温泉
梅むら旅館　うぐいす亭
内容　介護者相互の交流会等
対象者　65歳以上の要介護認定者を自宅で介護している方
定員　20人
参加費　1,000円
申込み　上田市社会福祉協議会へ

「花を育て隊」を募集中

公園緑地課　☎23・5134

成長過程の小さな苗（プラグ苗）をポット上げし、市が管理している花壇に植えていただけるボランティアを募集しています。楽しい作業ですので、興味がある方は公園緑地課へぜひご連絡ください。
10月7、8日に作業を予定してます。

JICA海外ボランティア秋募集

JICA駒ヶ根　☎0265・82・6151

募集期間　10月10日(月)～11月16日(水)
青年海外協力隊・日系社会青年ボランティア・シニア海外ボランティア・日系社会シニアボランティアを募集しています。詳しくは、JICAホームページ　http://www.jica.go.jp
またはJICA駒ヶ根へ
【体験談＆説明会】
日時　10月19日(水) 18:30～20:30
会場　上田商工会議所　5階ホール

明るい選挙啓発標語を募集

選挙管理委員会事務局 ☎23・5438

内容　明るい選挙推進に関するもの（一人何点でも可・未発表のもの）
応募　はがきかE-mailに標語、住所、氏名、年齢(小学校4年生以上)、性別、電話番号を記入し、10月31日(月)までに、選挙管理委員会へ応募してください。入選者には記念品を贈呈します。
宛先　〒386-8601　上田市選挙管理委員会「選挙啓発標語」係
senkyokanri@city.ueda.nagano.jp

フリーマーケット及びガレージセール出店者募集

商工課　☎23・5395

新市発足100日前イベントとして開催される大収穫祭（ふじ祭り・きのこ祭り）出展者募集
出店資格　市内在住の方及び市内に店舗又は事業所を有する方
日時　11月19日(土)・20日(日)
10:00～16:00（雨天決行）
会場　川東集出荷施設・イベント広場（上田市大字殿城80番地）
出店料　無料（場所のみ提供）
広さ　約1.7m×約1.7m程度
募集期間　10月3日(月)～14日(金)
その他　出店期間は1日でも可。

相　談

行政書士無料相談

長野行政書士会上田支部 ☎25・8720

【電話相談】 ☎026・234・0170
日時　10月3日(月)～5日(水)
10:00～16:00
【面接相談】
日時　10月29日(土) 10:00～15:00
会場　上田市ふれあい福祉センター、丸子町文化会館、東御市商工会館
相談事項　相続、遺言、契約、農振除外、農地転用、法人設立、入札参加、外国人在留・帰化、車庫証明、自動車登録、産業廃棄物関係等

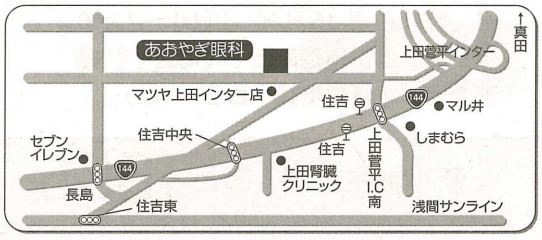
AOYAGI EYE CLINIC
あおやぎ眼科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後2:30~ 5:00	○	手術	○	手術	○	×

休診日
日曜日、祝日、土曜日午後
火曜午後・木曜午後（手術）

眼科各種手術　●入院設備あります　●駐車場30台
（白内障・緑内障・網膜復位術・硝子体切除術・眼瞼内反症・眼瞼下垂症 等）

〒386-0002 上田市住吉577
（マツヤ上田インター店前）
TEL.0268(28)6688



〈広告欄〉

講座・教室

庭木の剪定講習会（無料）

公園緑地課　☎23·5134

実際の作業を通しての講習ですので、すぐに役立ちます。
日時　11月12日㈯ 13:30～（2時間程度・受付13:00～）
会場　いにしえの丘公園（マルチメディア情報センターの下）
対象　市内在住か在勤の方
講師　上田市造園緑化業協会の皆さん
その他　剪定はさみをお持ちください。作業のできる服装でお願いします。
申込み　10月28日㈮までに公園緑地課へ

クリーニング業務講習（無料）

シルバー人材センター ☎23·6002

期間　11月15日㈫～24日㈭
会場　クリーニングハウス みつみ神畑本店
対象　55歳以上
定員　20人
申込み　10月3日㈪～26日㈬
問合せ　シルバー人材センターへ

「ひきこもり」の方の家族教室

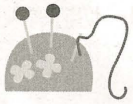
健康推進課　☎23·8244

日程／内容
・10月17日㈪／講演「ひきこもり・ニートとは？」、話合い
・10月31日㈪／親として子どもと向き合うために・自分のことを語ろう「Iメッセージ（私はこう思う）を伝えよう
時間　13:40～16:30
会場　上田市勤労青少年ホーム
講師　角田恵子さん（臨床心理士）
申込み　健康推進課
締切　10月14日㈮

エコ・ハウス「わくわく講座」

エコ・ハウス　☎23·5144

【布ぞうり作り】
日時　10月17日㈪・24日㈪の2回　10:00～15:00
参加費　130円
定員　15人
【ハンカチからブローチ作り】
日時　10月13日㈭ 13:00～15:00
参加費　280円
定員　15人
申込み・問合せ
エコ・ハウスへ



お知らせ

「花の種銀行」種から花を育ててみませんか！

公園緑地課　☎23·5134

花の種銀行は、口座を開設した方に市から花の種を貸し出し、花を育てて楽しんだ後、収穫できた種のうち貸し出し相当分を市へ返却していただくものです。種は140種類以上あり、上田の気候に合ったものが増えています。窓口は、市役所本庁舎4階公園緑地課、豊殿・塩田・川西各支所です。詳しくは公園緑地課へ

長野盲学校学校開放

長野盲学校　☎026·243·7789

日時　10月21日㈮ 9:00～12:30
会場　長野盲学校（長野市北尾張部321）
対象　視覚障害教育に関心をお持ちの方
内容　授業・教材等の紹介、学校概要説明、教育相談

人工透析をしている方の通院費用を一部助成します

福祉課　☎22·4100

対象　平成17年4月～平成17年9月までの通院費用で、次の①～③のすべてに該当する方
①市内在住で、腎臓機能障害について身体障害者手帳1級の認定を受けている。②片道2km以上の距離を通院している。③市税の滞納がない。
申請方法　申請される方には必要書類をお渡ししますので、10月14日までに福祉課に申し出てください（必要書類は郵送もできます）。

「図書館まつり」本のリサイクル市開催

上田市立図書館　☎22·0880

図書館で除籍した本や市民等からいただいた本を希望者にお譲りします。
＊ご家庭で不要になった本（特に絵本・児童本大歓迎です、百科事典、全集は除きます。）がありましたら当日会場までお持ちください。

日時／会場
・10月22日㈯～26日㈬ 9:00～16:30／図書館二階大会議室
・11月5日㈯ 10:00～12:00／創造館一階第二会議室
24日は休館、26日は12:00まで

農業日誌等の予約受付

農林課　☎23·5122

価格　農業日誌・ファミリー日誌は1冊1,280円、新農家暦は390円
締切日　10月31日㈪
申込み　農林課農業振興係へ

「連泊・複泊」中部の旅
― 愛知・岐阜・三重・静岡・福井・石川・富山・長野 ―
Rb るるぶ 1冊 もれなくプレゼント!!
（11/30までに2泊された方）
「JTB受験生の宿」は受験準備の強い見方です!!
JTB上田支店
TEL.(0268)22-2880
上田市天神1-8-2（ホテルサンルート上田1F）
●営業時間/10:00～18:00
水曜・祝日定休
〈広告欄〉

飯島耳鼻咽喉科
院　長　飯島勇三　医学博士・耳鼻咽喉科専門医
副院長　飯島正道　医学博士・耳鼻咽喉科専門医
診療日
院　長　水
副院長　月火　金土
平日 AM9:00～12:00／PM2:00～5:30
土曜 AM9:00～12:00／PM1:00～3:00
上田市大手1-1-78
☎0268(22)1270
上田駅より徒歩5分

〈広告欄〉

アクアわくわくプラザまつり

アクアプラザ　☎26・2626

日時　10月10日(月) 10:00～12:00
会場　アクアプラザ上田駐車場
内容　フリーマーケット・パトカー・消防自動車・救急車展示
当日、小学生は入館無料
～フリーマーケット出店者募集中～
区画　2.5m × 5.0 m（駐車枠）
出店料　300円（入浴券を購入）
申込み　10月8日(土)まで（30区画先着順）
申込方法　アクアプラザ上田に来館。
その他　器械調整のため、10月17日(月)～28日(金)は臨時休館とさせていただきます。

母と子の集い「おしゃべりしましょ!」

上田市乳児院　☎／FAX 27・4408

日時　10月14日(金)　9:15～
場所　上田市乳児院（常磐城5-6-39）
内容　親子で一緒に体を動かして遊んだり育児について語り合える友だちをつくりましょう。
対象　8ヶ月～24ヶ月児と保護者
定員　先着10組（先着順）
申込み　10月8日(土)、9日(日)の8:30から11:00までに電話で乳児院へ

上田市文化少年団発足記念文化講演会

文化振興課　☎23・5102

日時　10月15日(土) 13:30～15:00
会場　上田市文化会館ホール
内容　加盟団体の紹介とPR、田沼武能さん（カメラマン）の講演『世界の子ども達は、今』
入場料　無料

乗って残そう戦略プロジェクト「しなの鉄道・上田電鉄沿線ウォークラリー」

観光課　☎23・5408

期日　10月1日(土)～11月30日(水)の期間中の**土・日曜日、祝祭日**
内容　しなの鉄道と上田電鉄別所線のフリー切符を使ったウォークラリーを開催します。豊かな自然と、歴史いきづく塩田平をご家族で歩いてみませんか。鉄道の素晴らしさを知っていただく良い機会です。大勢の皆さまのご参加をお待ちしてます。
フリー切符購入についての問合せ
・しなの鉄道　☎21・4702
・上田電鉄　☎39・7117

私が選ぶ新生上田市の「市章」展

合併事務局　☎28・6053

10月 8日～ 9日	丸子町町民センター
10月15日～16日	上田市中央公民館
10月22日～23日	真田町文化会館
10月29日	武石村中央公民館

時間　9:00～16:00（8日は13:00～）
4市町村の原風景写真展も同時開催

ウォークラリー『上田・城下町 真田十勇士高札(旧町名由来)めぐり』

上田・城下町活性会（上田商工会議所内）
☎22・4500

日時　11月6日(日)　12:45集合
集合場所　上田城東虎口櫓門前
参加料　100円（当日徴収）
持ち物　雨具・飲物・筆記用具
その他　小学生以下は保護者同伴。できるだけ3人以上で申込み。

申込み　10月28日(金)までに活性会事務局へ

第2回 わくわくファミリーフェスタ

神科第二保育園子育て支援センター
☎21・1222

期日　10月22日(土) 10:00～15:00
会場　上野が丘公民館
内容　今年はおはなしぱけっと号がきます! 他にも人形劇や伝承あそび、大道芸など
入場料　無料

スポーツ

バドミントン「レディースオープン交流大会」参加者募集

上田バドミントン協会（西澤）☎23・1369

日時　10月23日(日)　9:00～
会場　自然運動公園総合体育館
種目　クラス別　ダブルス個人戦（初級・中級・上級）
参加料　1組2,000円　当日持参（シャトル持ち寄り）
申込み締切　10月14日(金)

市民総合体育大会 バレーボール

体育課　☎23・5105

期日　11月20日(日)
会場　市民体育館・市民第2体育館
競技方法　女子9人制
参加資格　市内在住・在勤者
チーム編成　フリーとし、中学生以上の女子選手12名以内
監督、コーチ、マネージャー各1名
参加料　1チーム　3,000円
申込み　参加料を添えて11月2日(水)までに体育課へ
その他　試合用ボール（4号球）は、参加チームで1個持参すること。

OMソーラーの家
おもしろい、もったいない。
空を見上げれば太陽がある。
季節季節に吹く風がある。
近くの山には木々が育つ。
自然力の家OMソーラー

信州建設工業の住まいづくりは、
人に自然にやさしい
パッシブソーラー。
技術と知恵と素材。
そして心で創ります。
（当社ホームページご覧下さい）
http://www.sinshuu.co.jp/

木曽ひのきと
エアサイクルの家

全て木曽ひのきを使います!
日本最高級木材木曽ひのきを使い、
信州の自然の恩恵 太陽、風、地熱を家中に取り込む
自然派健康住宅「エアサイクルの家」

ソーラー建築工房
上田市中之条1268-1 TEL0268-27-5331
信州建設工業株式会社
上田市中之条1268-1　TEL0268-27-6667
エアサイクルホーム信州
上田市中之条1268-1 TEL0268-27-9793
〈広告欄〉

催し

第3回 室賀ささらの湯温泉祭り

室賀温泉ささらの湯 ☎31·1126

日時 10月16日(日) 10:00～
会場 室賀温泉ささらの湯
内容 健康相談、太鼓や吹奏楽・合唱などの催し、各種出店、豚汁サービス
その他 入館者200万人達成を記念して当日温泉を無料開放します。

博物館特別展「江戸時代の科学技術と信州・上田」

博物館 ☎22·1274

京都大学との共催で、赤松小三郎に関わる和算、兵学と国友藤兵衛の鉄砲、天体望遠鏡の関連資料、天体の運行を説明する器具である渾天儀、司馬江漢作の銅版画、佐久間象山遺愛のハルマ和解など、江戸時代の日本の科学水準の高さを示す貴重な資料類を展示します。
期間 11月20日(日)まで
展示説明会 10月15日(土)・11月3日(木) 14:00～15:00 博物館で

第3回 いきいきシルバー祭り

シルバー人材センター ☎23·6002

日時 10月15日(土)
会場 上田創造館（入場無料）
内容 12:30～アトラクション、14:00～落語（三遊亭きん歌さん・立川談慶師匠）※手芸品等の販売あり

第8回 民話フェスティバルIN うえだ ～上田市文化支援事業～

実行委員会（稲垣）☎31·2190

日時 10月22日(土)、23日(日) 10:00～16:00
会場 旧西塩田小学校（手塚）
内容 「太郎ばなし」を中心に、県内外の皆さんによる大型紙芝居、人形劇、語り、展示発表などを行います。22日お昼から、特製の「太郎汁」がふるまわれます。語り継がれてきた民話を通じ、地域文化を見つめなおしてみませんか。
入場料 無料

第28回 上田市高齢者文化祭

高齢者福祉センター ☎22·4119

日時 10月22日(土) 10:00～15:00
10月23日(日) 9:00～14:00
会場 高齢者福祉センター
内容 ①クラブ員の作品展示②クラブ員との交流③ステージ発表④ 手工芸品や野菜などの即売⑤豚汁の無料配布⑥特別出演 西丘保育園児鼓笛隊・江戸芸かっぽれ・ソプラノ独唱
その他 オレンジバスのコースで無料送迎バスを運行します。
パンフレットは、市役所・支所・公民館・社会福祉協議会・高齢者福祉センターにあります。

信濃国分寺 秋まつり

信濃国分寺 ☎24·1388

日時 10月29日(土)
場所 信濃国分寺
内容 ○骨董ガラクタ市（12:30～信濃国分寺西境内）○秋風コンサート（14:00～15:30・開場13:30）
演奏 バイオリン 村上あゆ美さん、川又慶子さん、ビオラ 上原恭子さん、チェロ 宮澤等さん
曲目 古今の名曲を中心に皆さんおなじみの曲を演奏します。
場所 信濃国分寺本堂
入場 無料
定員 100人

2005 上田地域総合産業展

上田商工会議所 ☎22·4500

日時 10月21日(金)、22日(土) 9:00～17:00（22日は16:00）
会場 市民体育館・市民第2体育館
内容 上田市・東御市・丸子町・真田町・武石村の元気印企業約80社が集結。今年は坂城町「第6回坂城町工業展」とも連携し、上田地域の産業がスクラムを組んで優れた製品・独自技術を発信します。また「上小地域"ふーど"再発見フェア」を同時開催し、地域食材や特産品などの試食・販売も行います。

森の学校開催

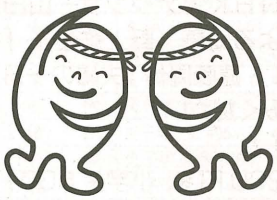
農林課 ☎22·4100（内1457）

日時 10月29日(土) 9:00～15:00
会場 市民の森
内容 森林づくり、アイスブレイクゲーム、豪快スープづくり、お土産クラフトづくり、ミニチュアハウスづくり等
対象 小中学生とその家族
参加料 子ども300円、大人500円
持ち物 おにぎり、プラスチックのお皿、軍手、運動靴、山仕事ができる服装等
定員 40人（先着順）
申込み 10月20日(木)までに農林課へ（詳細は申込者に後日連絡）

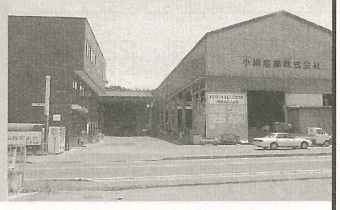
第8回 千曲川クリーンウォーク

土木課 ☎23·8242

日時 10月23日(日) 8:00～9:30
集合 千曲川市民緑地（小牧橋下）
内容 景観を楽しみながらの清掃活動
持ち物 軍手、ゴミはさみなど



紙ごみも今やゴミではありません。
事業系紙ごみもリサイクル
機密書類・オフィス古紙・ミックスペーパー
資源回収、鉄・非鉄金属、産業廃棄物、一般廃棄物



一般のご家庭からの不用品も受入れしています。
ごみのことならお電話ください
ごみごみ
小柳産業株式会社 上田市材木町 TEL.22-5353
〈広告欄〉

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〈水曜休館〉

■WOWOW 新釈眞田十勇士「上田城攻防」特別上映（無料）

日時
・10月15日(土)、22日(土) 13:30～
・10月16日(日)、23日(日) 11:00～
定員 200人（事前申込み不要）

■情報セキュリティ対策ビデオ サイバー犯罪事件簿 ～姿なき侵入者～

日時 10月15日(土)、22日(土) 15:00～
内容 大河内奈々子主演による情報セキュリティ対策ビデオです。ドラマを用いてサイバー犯罪を解りやすく解説しています。
定員 200名(事前申込み不要)
料金 無料

■ママのためのパソコン小物づくり

日時 10月13日(木)、20日(木)、27日(木) 3日間コース 10:00～12:00
内容 名前シールのつくり方やデジカメの使い方など
対象 初心者
定員 16人
料金 3,000円
託児 2歳～（要事前申込み）

■デジタルカメラ講座入門編

初めて使う方のために、撮影した写真のパソコンへの取込方法などを基本から紹介します。
日時 10月15日(土) 13:30～16:00
対象 パソコン経験者
受講料 1,500円
定員 16人

■インターネット活用講座

インターネットをもっと活用したい方のための講座。
映像や音楽を鑑賞したり、データのダウンロードの仕方などを体験。
日時 10月25日(火) 13:30～16:30
対象 インターネット経験者
定員 16人
受講料 2,000円

■クリスマスデジタルアート

グランプリ作品づくりセミナー
日時 10月22日(土)、23日(日) 10:00～17:00
内容 クリスマスデジタルアートグランプリに応募する動画(粘土アニメ)を制作します。
対象 小学生・中学生・高校生
定員 10人
受講料 無料

デジタルエンジニアリングセミナー

エンジニアリングソフトの体験研修会を開催します。
日程・研修内容 下表の通り　**時間** 18:00～21:00
対象 上田地域の企業の社員、エンジニアリングソフトに興味がある個人
定員 各15人
キックオフ講演会 講師：石黒　周司先生「三次元デジタル設計の現状」
日時：11月1日(火) 18:00～（入場無料）

日　程	体験研修内容	受講料
11月7日(月)・8日(火)	Autodesk CAD 2006	3,000円
11月14日(月)・15日(火)・17日(木)・18日(金)	工業デザイン設計 Illustrator＋3DCG（shade等）	6,000円
11月21日(月)・22日(火)	2次元3次元統合化CADシステム CAD PAC　CREATOR 2D/3D	3,000円
11月28日(月)	3次元ハイスペックビューアー 3D Tascal X	1,500円
12月1日(木)	有限要素法解析ソフト ANSYS	1,500円
12月5日(月)・6日(火)	流動解析ソフト Mold Flow	3,000円
2月7日(火)・9日(木)・10日(金)	ハイエンドCADソフト CATIAV5	4,500円

Region Plaza 上田創造館

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

10月3日(月)は休館します。

■上小地域日本画作家展

日時 10月15日(土)～23日(日) 9:00～17:00（最終日は16:00）
入場料 無料

■伝承あそび

日時 10月10日(月) 13:30～15:30
内容 お手玉やコマやあやとりで、みんなで遊ぼう！遊び道具がある方は、お持ちください。
参加料 無料（申込み不要）

■秋の星空と神話

日時 10月15日(土) 10:00～11:00
内容 秋の星座の探し方と神話の紹介をし、プラネタリウムを見ます。どなたでも参加できます。
参加料 無料

■星空観望会

日時 10月29日(土) 19:00～20:30
内容 天体望遠鏡で秋の星や火星を観察しましょう。
参加料 無料

上田情報ライブラリー

☎29・0210／FAX 29・0211
〒386-0025 天神1-8-1 上田駅前ビルパレオ4階

■山田　誠浩・朗読への招待

日時 10月22日(土) 18:30～
内容 元NHKアナウンサー山田誠浩さんによる朗読（野上弥生子「秀吉と利休」・遠藤周作「夫婦の一日」）をお楽しみください。
定員 70人
料金 1,200円＊、小学生500円、親子ペア1,600円＊
＊前日までの電話予約200円引き
申込み 10月5日(水)10:00から上田情報ライブラリーへ

各種お知らせ

ペット不妊去勢手術の補助について

長野県動物愛護会上小支部
☎25・7153

10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。助成頭数に限りがありますのでお早めにお申し込みください。詳しくは、お近くの獣医さんへ

地域福祉を学ぶつどい（第2回）

西部公民館　☎27・7544

日時　10月27日(木)　15:00～17:30
会場　西部公民館
演題　「住民参加ですすめる福祉のまちづくり」
講師　辻　浩さん（日本社会事業大学教授）
参加料　無料（要申込み）

認知症家族介護教室開催

NPO法人やじろべー
☎23・8877

認知症について、悩んでいる方、勉強したい方、この機会にご出席ください（全3回）。

日程　10月19日(水)・11月16日(水)・12月14日(水)
時間　18:30～20:00
会場　勤労者福祉センター
参加費　資料代700円
申込み　NPO法人やじろべー

平成18年版県民手帳の予約受付について

情報推進課情報統計係分室
☎25・9741

購入ご希望の方は、10月31日(月)までに情報統計係へご連絡ください。受け取りは11月下旬ごろから代金500円と引き換えになります。

住民票等証明書自動交付機とホームページの停止

情報推進課　☎23・8241

庁舎電気設備点検のため、10月10日(月)　7:00～10:00の間停止します。ご不便をおかけしますが、ご了承ください。

ごめい福をお祈りします

（8月届出分・敬称略）

六軒　茂雄　緑が丘北　75
関　勝利　五加　63
横関　勇一　下之郷　72
上原　宗雄　下郷　83
小林　巌　中村　75
柳澤　誠　材木町　65
都筑　邦彦　北大手町　75
砥石　義樹　緑が丘西　68
茅野　睦子　岩門　74
池田みつい　神畑　101
坂口　和助　矢沢　78
滝澤　信江　下郷　98
若林　正義　下室賀　69

佐々木強志　海野町　63
内山　清文　下堀　71
滝澤　秋利　下之郷　78
香山　冨美　岩門　96
松平　章　長島　83
柴﨑とり子　下郷　84
市川馬之助　北天神町　92
塚田　昭夫　五加　71
冨沢　忠一　大久保　73
宮川　孝子　大手町　89
母袋　欽哉　下塩尻　73
刈屋征喜知　北大手町　96
前田袈裟春　上室賀　82
嵯峨　昌志　上青木　66
山口　政夫　西野竹　66
小泉　涯二　小泉　75
西墻　辰藏　染屋　89
滝澤　利一　中組　86

横手　智彬　新屋　63
堀内かのい　新屋　95
松尾　祐太　南天神町　18
小竹　ウメ　分去　96
大島　杉江　新田　80
荒井　伸　諏訪形　61
松本　幸子　北常田　71
若林　弘三　鍛冶町　85
藤極つきの　院内　96
竹内　セン　御所　103
小澤ミヨジ　踏入　84
西澤清三郎　御所　76
神林　宋子　袋町　77
太田　英雄　末広町　69
芳坂　眞　山田　79
小池　徳一　上塩尻　76
横澤　利文　院内　84
次郎丸文雄　神畑　75

金井　直德　国分　54
上田　彌市　西野竹　76
西山　榮子　仁古田　62
横尾　定男　浦野　80
清水たまよ　古川原柳町　95
若林要四郎　染屋　82
利根川繁治　小泉　65
奥谷　修　藤之木　58
干場　文男　北天神町　79
飯島　忠德　秋和　88
小林　晃治　秋和　74
長谷川作造　緑が丘　81
尾和　久子　御所　78
春原　元子　林之郷　66
元木　繁保　舞田　73
春日　賢一　城北　85
横關さち子　木町　77

こんにちはボランティアセンターです ㉞

その他にいろいろな収集活動があります。始める前にご相談ください。

ちょっと待って！プルタブをはずさないで！

アルミ缶リサイクルへの関心の高まりの一方、プルタブを外して収集し、持参されるケースも見られます。

実は、プルタブとアルミ缶本体は、同じアルミ合金でできているので、一緒にリサイクルできます。重量で買い取られますから、プルタブだけ集めるよりアルミ缶そのものを集めた方が、何十倍ものリサイクル価値があります（以前は、プルタブが缶についているタイプではなかったので、プルタブの散乱防止の意味もあって行われていたリサイクルでした）。

正しい認識を持って取り組めば、誰もができる身近な収集ボランティアの一つとして、限りある資源のリサイクルに貢献できる活動です。

【缶の重さ 約16.3g】　【プルタブの重さ 約0.2g】

■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
URL http://www4.ueda.ne.jp/~uedashakyo/
開設時間　平日8:30～20:00　土曜9:00～16:00

保健ガイド

HEALTH GUIDE

健康推進課　☎28・7123

インフルエンザ予防接種の実施について
～インフルエンザが流行する前に早めに受けましょう～

対象者　65歳以上の市民の方（予防接種を希望するという意思表示ができることが必要です）
※60歳以上65歳未満の市民の方でも、心臓、じん臓、呼吸器の機能に障害があったり、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があることで一級の身体障害者手帳をお持ちの方、若しくは診断書等により同程度の障害があると認められる方は対象になります（詳しくは、お問い合わせください）。

実施期間　10月1日㈯～12月31日㈯まで

実施場所　別表、委託医療機関一覧表のとおり

接種料金　1,000円（ただし、生活保護世帯の方は無料）

持ち物　年齢を確認できるもの（保険証や運転免許証など）、体温計

受け方　①事前に医療機関に電話で予約
②医療機関で体温を測定し、予診票を記入（医療機関にあります）

注意事項

○予防接種を受けることができない人
- 発熱している人（37．5度以上）
- 症状が著しく重い急性疾患にかかっている人
- インフルエンザワクチンやその他の予防接種、また卵等によって急激なショック症状等のアレルギー反応を起こしたことのある人
- その他、かかりつけ医師が不適当な状態にあると判断した場合

○次の病気等がある人は、かかりつけ医師によく相談してから受けてください。
- 心臓病、腎臓病、肝臓病や血液、その他の慢性の病気で治療を受けている人
- 今までにけいれんを起こしたことがある人
- 今までに免疫不全の診断がなされている人

委託医療機関一覧（50音順）

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
葦沢内科医院（下吉田）	35－3330	佐藤胃腸科内科（鷹匠町）	22－2342
荒井医院（下紺屋町）	22－0474	塩田病院（上本郷）	38－2221
安藤病院（北大手町）	22－2580	城南医院（御所）	22－3481
飯島医院（築地）	22－5011	杉山クリニック（新田）	26－8200
飯島耳鼻咽頭科医院(末広町)	22－1270	諏訪形クリニック（諏訪形）	25－5556
飯田整形ペインクリニック（川辺町）	28－1211	高野外科医院（秋和）	22－8266
池田クリニック（川辺町）	22－5041	田中クリニック（常入）	23－5757
い内科クリニック（野竹）	21－3737	ついじ内科消化器科クリニック(築地)	29－8686
上田腎臓クリニック（長島）	27－2737	豊田医院（下紺屋町）	22－1158
上田生協診療所（上塩尻）	23－0199	日新堂医院（馬場町）	22－0558
上田透析クリニック（本町）	27－3006	ハートクリニック上田(踏入)	23－0386
上田原レディース＆マタニティクリニック（川辺町）	26－3511	橋本医院（舞田）	38－2033
上田病院（松尾町）	22－3580	花園病院(下紺屋町)	22－2325
大谷外科呼吸器科医院（北常田）	27－2220	半田循環器科内科医院(中之条)	28－0888
岡田外科医院（愛宕町）	24－2662	豊殿診療所(下郷)	29－1220
金井医院（国分）	22－9716	堀こどもクリニック（中之条）	23－5566
川西生協診療所（仁古田）	31－1411	松尾内科小児科（下常田）	22－1355
川西病院（保野）	38－2811	三原内科医院（中之条）	27－6500
かんがわクリニック（久保林）	34－5151	宮坂内科小児科医院（下常田）	22－0759
熊坂内科（上塩尻）	22－1936	宮下胃腸科医院（下紺屋町）	22－4328
小泉クリニック（小泉）	81－0088	村上医院（末広町）	22－3740
小井土内科医院（下川原柳町）	27－6666	室賀診療所（上室賀）	31－1070
甲田医院（鷹匠町）	22－0859	柳沢病院（北大手町）	22－0109
甲田クリニック（石神）	38－3065	山極内科医院（分去）	38－7388
こさとクリニック（染屋）	28－4111	山越医院（国分）	26－5800
五野医院（下小島）	38－0101	山田内科医院（下之郷）	26－8181
小松内科循環器科医院(上川原柳町)	27－2200	吉田こども医院（踏入）	24－1222
斉藤外科医院（下青木）	35－0887	依田医院（城北）	28－1223
ささき小児科医院（城北）	27－7700	わかた内科（塩田新町）	38－2540
佐藤医院（五加）	38－2543	渡辺皮膚科形成外科クリニック(小牧)	29－1112

※医療機関によって休診日が異なりますのでご注意ください

上田市健康増進プロジェクト「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～

10月のテーマ

食の教育 学校を中心とした「食育」を進めています

子ども教育課　☎23・5101

食生活を取り巻く社会環境が大きく変化し、朝食を抜くことやおやつのとりすぎ、偏食など、子どもの食生活の乱れが指摘されています。そこで、子どもが将来にわたって健康に生活していくためには、望ましい食習慣を学び、自らの判断で、たくさんある食べ物の中から、バランスのいい食べ物を選ぶ力を養うことが必要となっています。

1. 学校給食を生きた教材として大切にしています

①「バランスの良い食事のかたち」として提供しています
主食・主菜・副菜・牛乳の形は毎回崩すことがありません。

②「自然の味」や「行事食」を大切にして作っています
・新鮮な旬の食材を当日購入　　・毎月行事食の実施
・煮干、昆布、けずり節、鶏ガラなどの天然だしを使用
・カレーなどのルゥは手作り

③「地産地消」に取り組んでいます
地元産の米を100％使用し、野菜などの食材も地元産の使用に心がけています。（16年度平均18％、8月平均47％）

ある日の第二給食センターの献立
670kcal（小学生3・4年生の栄養量）

◀主食（ごはん）、主菜（鰹のさらさ焼）、副菜（和え物・具だくさん汁）、牛乳

2. 食の教育に取り組んでいます

・「食に関する指導年間計画」を設け、学校や給食センターを中心とした食育推進を始めています。
・「食農教育」として、子供達が地域の方による指導のもとに作った作物も給食で使用しています。

▲授業参観日に調理実習

◀小学校の教室で栄養士の話

◀じゃが芋を収穫する小学生

「食事」で人は育ち、健康な生活を営みます

知育・徳育・体育と並んで「食育」を生きる上での基本と位置付け、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することが大切と考えられています。

「食」は人を良くすると書くように、私たちは食事をすることで、その身体を良くする（健康でいる）ことができます。

そのような大切な食事を、家庭でも大切に考えてみませんか。

今月のチャレンジ

●**朝食を食べよう**
（3食をしっかり食べましょう）

●**主食・主菜・副菜をそろえよう**
（3つの器をそろえましょう）

今月の健康づくり事業は？

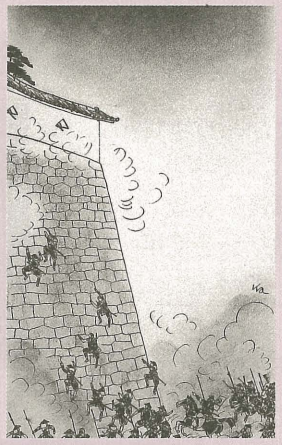
～上田市の学校給食をご紹介します～

昨年の学校給食展より

◆日　時　10月22日㈯　9:00～16:00
◆会　場　上田市勤労者体育館
（「フードフェア展」開催会場にて）
◆内　容　学校給食（実物展示）、
子どもたちの人気メニュー紹介、
豆運びゲーム（お子さんには粗品プレゼント）
ほか

風間完の描く 真田太平記さし絵展

池波正太郎真田太平記館
☎28・7100



期　　間　10月8日(土)～来年1月8日(日)
場　　所　池波正太郎真田太平記館
内　　容　館が収蔵している風間完画伯の「真田太平記」さし絵を広く紹介します
開館時間　10:00～18:00
休 館 日　水曜日（11/23を除く）、祝日の翌日、年末年始（10月中は無休）
入 館 料　一般300円、高校・大学生200円、小・中学生100円（市内小・中・高生は無料）

塩田西・城下小学校、第一中学校の学校開放利用団体の追加登録を受け付けます

生涯学習課　☎23・5102

学校名	塩田西小学校	城下小学校	第一中学校
対　象	市内在住・在勤・在学のかたで組織された、成人の責任者のいる団体		
登録方法	所定の使用団体登録申請書（生涯学習課にあります）に必要事項を記入し、生涯学習課へ提出してください。		
締め切り	10月31日(月)		
利用できる日時	年間、18:00～21:00		
	(土・日曜日・祝日・年末年始を除く)		(年末年始を除く)
利用できる施設	音楽室、家庭科室、図書室、調理室	音楽室、家庭科室、図書館、調理室、図工室	音楽室、美術室、調理室、被服室、図書センター
使用料	施設使用料は無料（冷暖房使用料等は実費）		

広報うえだ
No.1424
平成17年10月1日号（毎月1日・16日発行）
編集　上田市秘書課
〒386-8601　長野県上田市大手1-11-16
TEL 0268-22-4100　FAX 0268-23-5111
市政提言電話　TEL 0268-25-2539
市政提言FAX　FAX 0268-23-5111
市政提言メール　mayor@city.ueda.nagano.jp
ホームページ　URL http://www.city.ueda.nagano.jp/

●生活便利帳
http://benri.umic.jp/

みんなで止めよう温暖化
チーム・マイナス6%

R100　PRINTED WITH SOY INK
環境に配慮し、古紙混合率100%の再生紙と大豆油インクを使用しています。