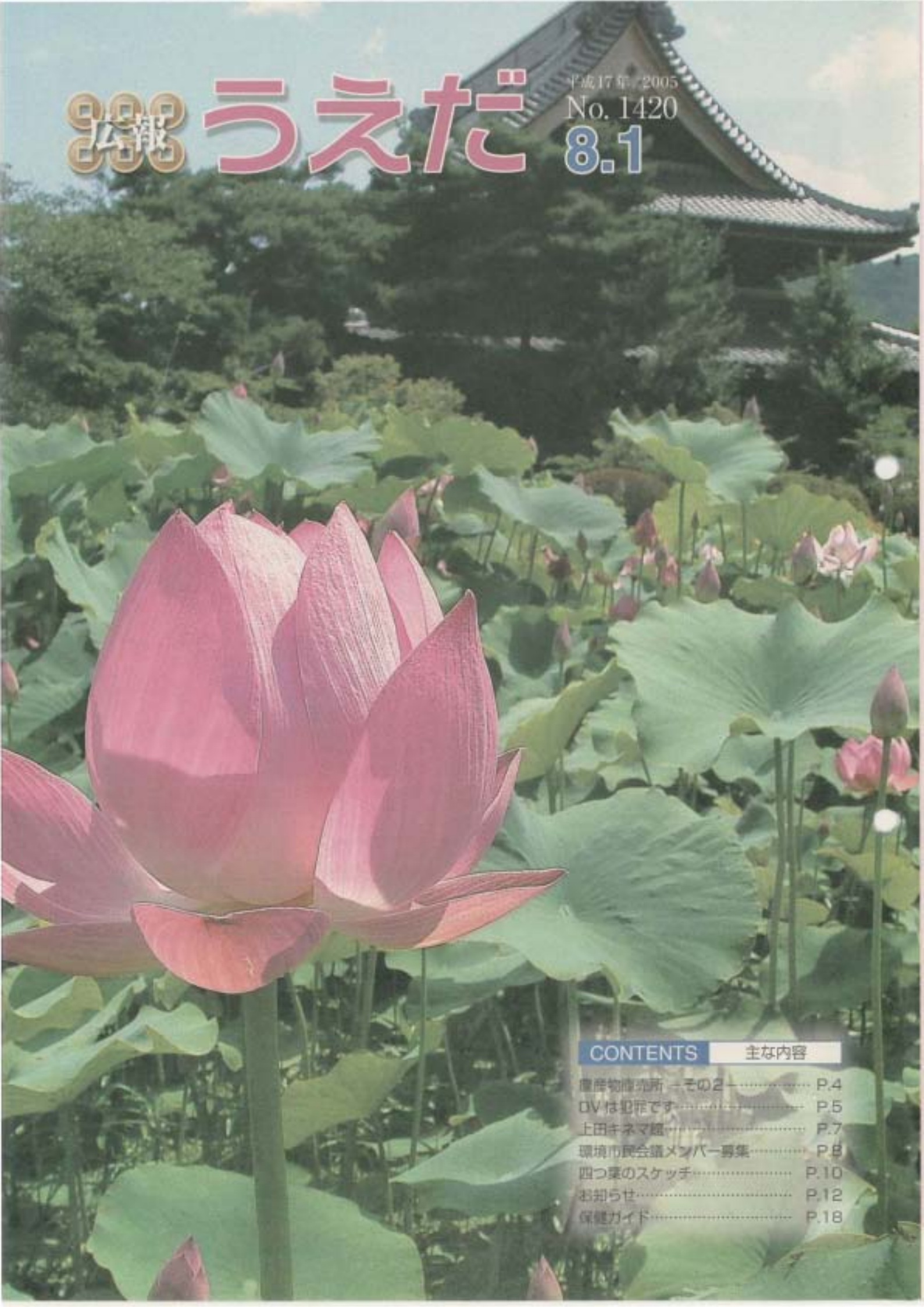
# 広報うえだ

平成17年/2005
No. 1420
8.1



CONTENTS 主な内容

農産物直売所 ―その2― …… P.4
DVは犯罪です …… P.5
上田キネマ館 …… P.7
環境市民会議メンバー募集 …… P.8
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

信濃国分寺境内の裏手に、白やピンクの大きなハスの花が咲いています。これは、地元「蓮の花を育てる会」の皆さんが協力して、昨年から休耕田に植えてきたものです。遊歩道や日陰に座って花を眺められるベンチもあり、訪れる方も増えてきました。今月上旬まで花を楽しむことができます。

# 8.1 葉月 はづき

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（7月1日現在）

| | | |
|---|---|---|
| 人口 | | 121,887人（＋70） |
| 男 | | 59,719人（＋35） |
| 女 | | 62,168人（＋35） |
| 世帯数 | | 46,701戸（＋68） |
| 外国人登録者数 | | 5,083人（＋48） |
| | 男 | 2,544人（＋25） |
| | 女 | 2,539人（＋23） |

※（ ）内は前月比

# 8月8日～22日 行事・イベントカレンダー

8

| | |
|---|---|
| 8（月） | |
| 9（火） | |
| 10（水） | ようこそ先輩 in 上田（高校生版）▶ p.9<br>「きけわだつみのこえ　上原良司」▶ p.14<br>上田の大花火大会（19:00～／千曲川河川敷） |
| 11（木） | 図書館でしらべて、別所線にのろう▶ p.9<br>アクアわくわくプラザまつり▶ p.15 |
| 12（金） | 夏休み自由研究▶ p.9<br>パソコンでパラパラアニメを作ろう▶ p.9 |
| 13（土） | 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） |
| 14（日） | |
| 15（月） | |
| 16（火） | |
| 17（水） | 勤労青少年ホーム開講講座受講生募集▶ p.16 |
| 18（木） | 新生 上田市「市章」デザイン募集▶ p.20<br>文化講演会「常楽寺の文化と歴史（仮題）」▶ p.15<br>長野国際ゴスペルフェスティバル▶ p.16 |
| 19（金） | インターバルウォーキング▶ p.16<br>ふるさとコール信州上田地域就職ガイダンス▶ p.13<br>便利なホームページ教えます▶ p.9 |
| 20（土） | 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）<br>粗大ごみの回収（10:00～12:00／豊殿支所駐車場）<br>太陽の黒点を見てみよう▶ p.9<br>赤松小三郎ゆかりの地探訪▶ p.15<br>おはこ祭り▶ p.16<br>オーボエ・フルートによるデュオコンサート▶ p.15 |
| 21（日） | 西澤真理子ピアノリサイタル（14:00～／文化会館） |
| 22（月） | 上田古戦場健康マラソン大会参加者募集▶ p.16 |

## ■ごみ収集　お盆中は通常どおり行います

廃棄物対策課　上田クリーンセンター　☎22・0666

【お盆期間中のごみ収集の日程】

| 月　日 | ごみの収集 | クリーンセンター受け入れ |
|---|---|---|
| 8月13日(土) | 休　み | 休　み |
| 8月14日(日) | 休　み | 休　み |
| 8月15日(月) | 通常どおり | 通常どおり |
| 8月16日(火) | 通常どおり | 通常どおり |

※クリーンセンターの受け入れ時間は8:30～11:45と13:00～16:00です。

## ■くみ取り　お盆中は休業します

清浄園　☎22・2339

8月13日(土)の午後、14日(日)、15日(月)、16日(火)、20日(土)のくみ取りは休業します。

# 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

## 「ひと・まち　げんき 健康うえだ21」親子体操発表

7月6日㈬上田女子短期大学附属幼稚園で「健康づくり体操」の親子版が披露されました。園児達は歌に合せて「エイヤー♪」のかわいいかけ声とともに、参観日に来ていたお母さんやお父さんと一緒にのびのび体操していました。今後は保育園、幼稚園、学校などへも親子体操を広め、健康づくりに役立てます。

## 梅雨明け間近の熱気

7月16日㈯・17日㈰は上田祇園祭が行われました。16日夕方からは、威勢の良いかけ声とともに、各自治会から数多くのみこしがくり出し、多くの市民でにぎわいました。

## ガクアジサイが見ごろ

7月16日㈯・17日㈰、「塩田の館」から塩田城跡一帯にかけてあじさい祭りが行われました。2万株のガクアジサイが見ごろを迎え、多くの方が訪れました。

塩田の館での上田コカリナアンサンブルや塩田中学校吹奏楽部、蓼科高校ジャズクラブの演奏や、塩田城跡での和順太鼓が祭りに花を添えました。

## サウジアラビア技術教育代表団が来訪

7月18日㈪から26日㈫まで、サウジアラビア王国から数学や英語、コンピュータなどの教員を中心とした技術教育代表団18人が上田を訪れました。滞在中は、染谷丘高校や下之郷の県工科短期大学校、市内の企業を視察したほか、ホストファミリーの自宅にも宿泊し、交流を深めました。

## 501年目を迎えた雨ごいの祭り（岳の織）

7月17日㈰、色とりどりの織を竹竿につけた行列が別所温泉の街なかを練り歩きました。また、地元の子どもたちによるささら踊りや三頭獅子も披露されました。

空梅雨や台風の大雨など最近は異常気象が多くなっていますが、水不足だけではなく、穏やかに季節がめぐることを祈らずにはいられません。

新鮮で安全・安心な地元の農産物を取り揃えて
皆様のご来店をお待ちしています。

## 上田市の直売所（千曲川左岸方面 他）

（前号からの続き）

| 施設名 | 所在地・電話番号<br>訪れる目安 | 営業時間<br>定休日 | 主な販売品目 |
|---|---|---|---|
| ⑪ 泉田花卉直売所 | 上田市住吉・☎22-4799<br>ＪＡ信州うえだ泉田支所敷地内 | 9:00 ～ 17:00<br>期間中無休 | 切花 |
| ⑫ Ａコープ西部店<br>生産者直売部会 | 上田市吉田・☎25-0028<br>Ａコープ西部店内 | 9:30 ～ 19:30<br>水曜日休み(月に1回) | 野菜、くだもの |
| ⑬ やさい倶楽部直売所 | 上田市下室賀・☎31-2009<br>ＪＡ信州うえだ室賀支所敷地内 | 8:30 ～ 12:30<br>期間中無休 | 野菜、くだもの、花 |
| ⑭ 室賀温泉ささらの湯直売所 | 上田市上室賀・☎31-1126<br>室賀温泉ささらの湯併設 | 11:00 ～ 16:00<br>木曜日休み | 山菜、野菜、くだもの、花 |
| ⑮ ふれあいセンター浦里 | 上田市浦野・☎31-2011<br>JA信州うえだ浦野支所内 | 8:30 ～ 11:30<br>期間中無休 | 野菜、くだもの、きのこ、木工品 |
| ⑯ 小島青空市場 | 上田市神畑・神畑信号機から生島足島神社方向へ約 300 m | 8:30 ～ 18:00<br>期間中無休 | すいか、野菜、くだもの、花 |
| ⑰ 東塩田農産物直売所 | 上田市下之郷・☎38-2703<br>生島足島神社内 | 8:00 ～ 16:00<br>期間中無休 | 野菜、くだもの、花 |
| ⑱ ふるさとセンターしおだ | 上田市古安曽・☎38-0679<br>東塩田保育園近く | 8:30 ～ 16:00<br>日曜休み | 米、地粉、そば粉、雑穀類 |
| ⑲ 山の味　鈴子山荘直売所 | 上田市古安曽・☎38-9999<br>平井寺トンネル近く | 9:00 ～ 17:00<br>期間中無休 | 山菜、切花、加工品、きのこ |
| ⑳ JA信州うえだ<br>塩田東山観光農園直売所 | 上田市富士山・☎39-0210<br>長野大学から丸子方面に約 1km | 9:00 ～ 17:00<br>年中無休 | 野菜、くだもの、きのこ、加工品 |
| ㉑ 女性ふれあい農産物夕市 | 上田市富士山・☎38-2712<br>JA信州うえだ富士山支所敷地内 | 16:30 ～ 17:30<br>毎週金曜日のみ営業 | 野菜、くだもの、花、山菜 |
| ㉒ Ａコープコアしおだ<br>ふれあい直売コーナー | 上田市中野・☎38-3828<br>Ａコープコアしおだ店内 | 9:30 ～ 20:00<br>期間中無休 | 野菜、くだもの、花 |
| ㉓ グリーンファームしおだ店<br>切花直売所 | 上田市中野・☎39-8118<br>グリーンファームしおだ店内 | 8:30 ～ 18:30<br>期間中無休 | 切花 |
| ㉔ 西塩田農産物直売所 | 上田市前山・☎38-2388<br>しおだの郷マレットゴルフ場内 | 11:00 ～ 16:00<br>期間中無休 | 野菜、くだもの |
| ㉕ 別所農産物直売所 | 上田市別所温泉・☎38-0616<br>相染閣横 | 7:30 ～ 15:00<br>期間中無休 | 野菜、くだもの、きのこ |
| ㉖ 西塩田地元農産物直売所 | 上田市前山・☎38-2388<br>JA西塩田支所敷地内 | 15:00 ～ 18:00<br>毎週金曜日のみ営業 | 野菜、くだもの、生そば |

■問合せ　うえだ農畜産物地産地消推進会議　事務局　農林課　☎23-5122

○お知らせ　農産物直売所マップをご希望の方は、市役所農林課（☎23-5122）へ

今まで「男性の仕事」「女性の仕事」と思われてきた職業に、性別を問わず就ける社会になってきました。ご本人にはどのような思いがあったのでしょうか。また、そうした変化をまわりの人はどう感じているのでしょうか。その様子をシリーズでお送りします。

保育園もそうした職業のひとつです。まずは、男性保育士さんへインタビューです。

保育園の
お父さん役
あゆみ保育園
保育士
**小林　鉄平**さん

**―なぜ保育士になろうと思ったのですか。**

最初はサラリーマンでしたが、前から子どもが好きでしたし、今の子どもたちが外で遊ぶ機会が減っていたり、精神的にもいろいろな問題を抱えていると感じて、もっと子どもたちをのびのびとたくましく育てたいという思いが強くなりました。そこで退職し、保育を学びました。

**―保育士になってどんなことを感じましたか。**

男性の保育士が増えたといわれていますが、まだまだ珍しがられる存在です。赤ちゃんから6歳までの時期は、人格や性格が形成されるとても大切な時期なのに、なぜそこに男性がいないんだろうと感じます。子どもたちが一日のほとんどの時間を過ごす保育園で、男性と女性が協力して、「お父さん」「お母さん」がいるみたいにしていけたらと思います。

それから、保育士をめざす男性を積極的に受け入れてくれる学校が、もっと増えるとうれしいですね。身近に学ぶ場があれば保育士になりたいと感じる、「男性保育士の卵」もたくさんいると思うので。

**―仕事をする上で心掛けていることはどんなことですか。**

今はひとりで子育てをしているお母さんも多いですよね。そういったことでも、保育現場に男性がもっと増えたほうがいいと思います。お父さんにするかのように、スキンシップを取りたがる子どももいます。本当のお父さんでなくても、やっぱりお父さん的な存在なのかな。おんぶしたり走り回ったり、お父さんのような役割ができるように心掛けています。

**―今後の目標は何ですか。**

保育士の男性と女性の比率が一緒になるようにしたいです。僕に何ができるかわかりませんが、「男性保育士」をどんどん増やすような働きかけをしていきたいですね。

**―これから保育士をめざす男性に向けて、メッセージをお願いします。**

職場に男性が少なすぎるなど、男性が保育士になろうとするとまだまだ思い切れないところがあると思うけれど、どんどん保育士になって、保育を盛り上げていきましょう！男性の保育士が増えたら、もっと大胆な遊びをしたいんです。子どもたちが喜んでくれるから。

**最後に…**

「子どもは遊ぶのもちょっとくらいけがをするのも当たり前。やってみて失敗したらフォローするのが僕たちの仕事だし、当たり前のことをどんどんやらせてあげたいですね」

**訂正とお詫び**

※7月1日号でご紹介した中井さんがお勤めの会社は、正しくは「上電バス株式会社」です。訂正しお詫びします。

■男女共同参画課
☎23・5245

## 暴力から身を守るために（上）

昨年12月に「改正配偶者暴力防止法（通称「改正DV防止法」）が施行されました。DV（ドメスティックバイオレンス）は「犯罪となる行為を含む重大な人権侵害」ととらえられています。

次の例を見てください。

A　彼女がだらしがないと感じるので、殴って注意する　→　暴行罪

B　彼女宛の手紙を開封し友好関係を調べる　→　信書開封罪

C　警告の意味で彼女が大切にしているものをわざと壊す→　器物損壊罪

刑法の規定にあるものが犯罪であることは明らかです。DVは、以上のようなことがいくつも組み合わされて行われますから、じゅうぶん犯罪になりうるのです。

**◆緊急の場合は警察署へ**

**◆相談窓口**

県配偶者暴力相談支援センター
女性相談センター
☎026・235・5710

男女共同参画センター・あいとぴあ
☎0266・22・8822

上田市・女性のための相談
市民プラザ・ゆう　☎27・3153

# ようこそ私たちの学校へ

## ●南小学校●
## 音楽会

七月一日は音楽会でした。音楽会に向けての目標は「自分の想いが伝わるステージにしよう」「仲間の声、音を聴き合おう」です。

ステージに堂々と立つことは、自分に自信を持ち、自分を大切に思えること。また、自分なりに感じていることを伝えることができることは、自分を表現するということでも大切なことだと思っています。そして、仲間の声や音を聴こうとして歌ったり、合奏したりすると自然にひとりよがりでない温かい音がかもしだされると思いました。

一年生から六年生までみんなが堂々とステージに立ち、仲間と精一杯表現することができた音楽会でした。

とても楽しかったです。これからも、もっと温かい音を求めていきたいです。

## 市長のほっとレター No.27

### 動き出した魅力ある観光地づくり

観光産業を上田のリーディング産業にとの思いで、市も民間との協働や仕掛け作りの役割を果たすべく取り組んできました。

具体的には、まず旅行会社に対して、上田の魅力や価値ある資源を四季別に示して提案しながら営業し、反応を探ってきました。

その第一弾が「上田城千本桜」への誘客であり、今年は観光バス780台が訪れ、前年比4割増となりました。花見客も14万人で3割増と、プランドの定着に向け弾みがついた感があります。

次の展開を目指して取り組む中で、新たな価値が見出されてきました。その一つに、別所温泉の宿泊客が下塩尻のホタルの乱舞を見て、大変感動されたり、二つに豊殿地区の稲倉の棚田や柳町などへのツアー客が、地元住民や市の職員の応対(=おもてなしの心)に大満足の声を寄せられたり、また三つ目には、東前山地区の皆さんが長年手がけてきたガクアジサイが、テレビ等報道機関に大きく取り上げられました。

さらに抵園祭の見学ツアーが初めて組まれたり、10日の大花火大会のPR活動も含め、誘客への手応えが感じられるようになりました。

上田市の元気や魅力は、私たちが感じている以上に、他地域の人にとっては新鮮に映り、忘れかけた原風景として、また非日常の存在として感動を覚えるのかもしれません。

それだけに、残すべきものは残し、守り、育てることの必要性を感じ、更なる努力を重ねることで「おもてなしの心」も醸成されていくものと思います。

市内各所で動き出した魅力いっぱいの観光地づくりに大いに期待しながら、今後は滞在型観光の創出、そして、都市間交流・人口の増加をめざし、市民の皆さんとともに行政も前進してまいります。

うえだ 建物探訪

上田市の
近代建築物㉔

## 旧宣教師館（下之郷812-8）

大正時代の宣教師館

明治26年（1893）、信越線が東京まで開通すると、この上田の地にも一気に近代化の波が押し寄せるようになりました。その象徴が旧宣教師館です。

この建物は、明治37年（1904）、カナダ・メソジスト派新参町教会の婦人宣教師の住宅として建てられました。同年には、ダニエル・ノルマン邸が長野市に建てられています。

現在の旧宣教師館

カナダから派遣された婦人宣教師たちは、新参町教会での布教とともに幼稚園教育を実践し、その教諭の養成も手がけました。幼稚園教育は梅花〔ばいか〕幼稚園と旧常田幼稚園で行われ、教諭の養成は、この宣教師館を使って行われました。明治38年には、宣教師館に教諭養成に専念する上田保姆〔ほぼ〕伝習所が正式に設置され、大正8年（1919）にその機能が東洋英和女学校（現在の東洋英和女学院）に移されるまで、上田の宣教師館が教諭養成の拠点となっていました。

昭和15年（1940）、戦況の悪化により宣教師たちが帰国することになり、この宣教師館を三吉家が購入して住宅兼病院としました。平成5年に三吉氏から上田市が譲り受け、現在地に移築復元しました。

**宣教師館(TEL39-0548)は通常、土・日・月曜日が開館日ですが、7/20 ～ 8/30 の間は、水曜日のみ休館となります。また 9 月から西部公民館(TEL27-7544)では、市内の洋風建築を見て歩く講座を計画しています。**

# 上田キネマ館
## 映画の舞台をめぐる Take 13

映画「青春とはなんだ」上田ロケのひとコマ　写真：馬場重一さん所蔵
第三中学校グラウンド（現北小学校グラウンド）で、撮影の合間の昼休みに野球に興じる石原裕次郎氏。この上田ロケについては、当時の新聞紙上でも紹介されている。

### 石原裕次郎の上田

東京オリンピックが開かれた昭和39年（1964）、上田は石原裕次郎一色で盛り上がった。当時最高に人気があった裕次郎が映画のロケで上田にやってきた。映画のタイトルは「青春とはなんだ」（監督／舛田利雄　共演／十朱幸代・太田博之・柱小金治ほか）。後の青春もの作品の火付け役になった"名作"だ。当時の新聞も伝えているが、北小学校と第三中学校がロケ地になり、裕次郎を一目見ようとするギャラリーが近郷近在から数千人も押し寄せ、撮影はパニック状態だったという。北小では最近、映画「さよならクロ」のロケに人気俳優・妻夫木聡が出演していたとき、数百人のファンが押し寄せたが、裕次郎のときはその何十倍かの人波が学校を取り巻いたのかと思うと、いかに当時のロケが大変だったかわかる。

当時の様子を見た人たちは「裕次郎の本物をこんな田舎でお目にかかれるとは思わなかった。休憩のときは、特別なテントの中で美女と美酒に囲まれていた。ほんとにすごかった・・」と今でも興奮冷めやらない様子。話の内容も伝説っぽくなってきた。これが、トップスターを迎えた田舎の様子というものだろうが、映画のロケが行われなければ、こんな体験は絶対にできなかったといっても過言ではない。

上田は「映画人に人気があるロケ地」という地方都市としては特殊な条件が、上田市民に他では味わえない機会を与えてくれている。日常生活の中に、土足で踏み込んでくるような映画ロケ隊に辟易〔へきえき〕している人もいたことだろうが、当代きっての大スターが撮影にやってくるまちとしての誇りを大いに感じていた人も少なくはない。石原裕次郎という、日本映画の歴史に燦然と輝くスターがロケをしたまち、それが上田であるという事実はこの先も変わらない。

**今月の投稿作品**（5月24日～6月23日到着分）
短歌…65首　俳句…155句　川柳…121句　計…341作品

# 文芸

## 短歌

飯坂　年成　選

**入選**

老人車無想に押して七回忌夫の墓前に六月の花　　富士山　山寺　勝世

恋に落ち路出る里に四十年野良着の似合ふ姿となりたり　　上常田　丸山　洋子

何一つ良きことのなきわが道よ気負いて歩むことに疲れたり　　小泉　田中　徳枝

**佳作**

山畑に大豆蒔き居れば郭公の声しきりなり麦秋の風　　下室賀　小山　春水

ペア夫婦八十路すぎしが円舞曲ラストダンスをほのぼの踊る　　岩下　岩崎　キク

飛び来ては会社の長となりし君うら若き妻を病に亡くせり　　小泉　清水　悦男

吾が妻を宝物よと語る人共に老い行く幸つづけかし　　手塚　樋口もと子

## 俳句

島田　洋子　選

選者詠　夢想だにせざりし列車横転に未来消えたり若き百名

**入選**

登山駅貨車より牛の降りて来し　　生塚　春原　征二

夢と見え藤の穂あり四照花咲く　　上堀　工藤じゅん

お遊戯は立ってしゃがんで昇り藤　　新田　久家　博子

**佳作**

朝刊の連載変わる燕の子　　殿城　田中　こう

山頂へ植田の水の光かな　　保谷　清水ゆき子

片陰に絵地図を展げ真田郷　　新田　松井　正徳

木道に緑雨ころりと玉になり　　八木沢　田中　久子

花菖蒲夫と二人の喜寿の宿　　御所　金子　和江

薫風やローカル線の丸い窓　　下本郷　神田　愛子

梅雨走りやっと降ったと挨拶し　　小泉　木村　シモ

母の日や「来るだけでいい」と母は言ふ　　川辺町　北村登美子

潮鳴るとおんどおんと熊野灘　　諏訪形　松田　美幸

選者吟　あぶりたる海苔に焼穴麦の秋

## 川柳

臣川　南月　選

**入選**

妻主役脇役こなした背を流す　　長島　土屋　朝栄

旅の空俳優者の朱印帖　　中村　佐藤たかこ

電話でも知らぬ声には身構える　　緑が丘三　樋口　美満

**佳作**

密林の兵の噂に痛む胸　　新田　小林都二朗

胃無しに名句とび込む菖蒲園　　国分　今尾志津子

国会はサビの効かない寿司のよう　　下紺屋町　宮崎善一郎

正直な体重計よ目をそらす　　常磐町　増田　宗光

沢蟹の親子が遊ぶ岩清水　　学海南　鈴木秀一郎

夏祭り踊る阿呆も先ずビール　　秋和　飯島　征雄

夕もやを一突き揺らす寺の鐘　　岩下　手塚　俊彦

MG場年金族の声響く　　芳田　大倉　啓之

彩雲の鮮やかな虹眼に収め　　下本郷　久保あきよ

選者吟　家中を癒やして若い嫁の声

**十月号の投稿方法**　はがきで上田市教育委員会まで
住所　〒三八六－〇〇五　天神二－四－七四まで
締切り　八月二三日（火）必着

# うえだ環境市民会議

**参加者募集中！　締切り 8月31日（水）**
◆申込み　生活環境課☎23・5120◆

環境について学び、日ごろ感じている環境問題を自由に話し合い、環境を守る行動を自ら提案し実践できる組織です。

**お知らせ　第8回環境市民会議**
日時　9/8(木)13:30～／場所　中央公民館第1会議室
各プロジェクトについての説明があります。

# 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

**◆インターネット安全教室**
インターネットの安全快適な使い方や被害にあったときの対処法等の基礎知識を学びます。

**日時**　8月27日㈯ 13:30～15:30
**定員**　200人
**参加費**　無料
**主催**　経済産業省／NPO法人日本ネットワークセキュリティ協会

**◆「上田マルチメディア自由塾」講師募集中**
ワード、エクセル、ホームページ作成などセミナーを企画し、実施する講師を募集しています。詳しくはメディアランドUEDAへ。
**概要**
⑴セミナーの内容は、実施の目的が公共の福祉の向上に相応しいもの
⑵申請者は団体、個人でも可
⑶施設の使用形態は貸館とし、使用料を50%減免
⑷講師は参加者の負担金から所定の使用料を差し引いた額を自己の収入とします。

**◆マルチメディア体験コーナー**
**○パソコンで布の小物を作ろう**
**日程**　8月5日㈮～7日㈰
**時間**　10:00～16:00
**参加費**　100円（材料費）
**○パソコンでパラパラアニメを作ろう**
**日程**　8月12日㈮～14日㈰
**時間**　10:00～16:00
**参加費**　100円（材料費）

**◆夏休み自由研究 インターネットでお手伝い**
夏休みの自由研究のテーマを、インターネットで調べるお手伝いをします。一人一人のテーマに応じて指導します。参加費無料。
**日時**　8月12日㈮～14日㈰ 9:30、10:30、11:30、13:30、14:30、15:30の6回
**対象**　小学生
**定員**　各回3人（要事前申込み）

**◆便利なホームページ教えます！**
もっとインターネットを活用したい方のために役立つホームページをご紹介します。
**日時**　8月19日㈮ 13:30～16:00
**対象**　インターネット経験者
**料金**　1,500円
**定員**　16人（要事前申込み）

**◆パソコン相談室**
**日時**　8月23日㈫ 9:30～12:00
**対象**　初心者から経験者（1人30分）
**料金**　無料
**定員**　各日10人（要事前申込み）

**◆文化少年団 コンピュータコース**
パソコンの基本操作、マルチメディア作品制作、プログラミングなどと共に、インターネットやコンピュータを利用する上で必要なマナー、安全性確保などの知識を学びます。
**日程**　9月10日㈯～3月18日㈯ 毎週土曜日（全24回）
**時間**　9:30～12:00
**対象**　市内の小学校4年生～中学生
**定員**　20人(応募多数の場合抽選)
**締切り**　8月19日㈮
**参加費**　月2,000円(テキスト代別)

**◆パソコン シニア塾**
パソコン基本操作とWord入門編。テキストに沿って各自で勉強します。分からないところは個別指導します。

**日程**　9月6日から火曜日に開催（全12回）
**時間**　10:00～12:00
**募集人数**　10人（応募多数の場合抽選。5人以上で開講）
**対象**　初心者で60歳以上の方
**受講料**　12,000円(4,000円×3回)
**テキスト**　「ひと目でわかるパソコン教科書文書作成編 Word 2003」(日経BPソフトプレス)。テキストは貸し出します。
**パソコン**　ノートパソコンを使用します。自分のノートパソコン(Microsoft Wordがインストールされているもの)を持っている方は持参も可能。
**締切り**　8月26日㈮

**◆夏休みビデオ上映会**
8月21日㈰まで毎日上映。時間・作品等、内容はお問い合わせを。ホームページもご覧ください。
(http://www.umic.jp)

## 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

**◆ようこそ先輩 in 上田（高校生版）**
高校生活、クラブ活動等から仕事につながったこと、現在の仕事を通じて高校生に伝えたいことなど、地域の先輩が高校生に語ります。
**日程・講師**
・8月10日㈬　笠井雪子さん「ヒマラヤの国の女性との出会い」
・8月18日㈭　日置透さん「感じる・生かす・開発する」
**時間**　13:30～15:00
**会場**　セミナールーム

**◆夏休み自由研究応援企画「図書館でしらべて別所線にのろう」**
**日程**　8月11日㈭　10:00情報ライブラリー集合。15:15別所温泉駅解散。「まるまどりーむ号」に乗車。
**講師**　竹田貴一さん（別所線の将来を考える会代表）
**目的地**　別所線下之郷駅、長野計器丸窓資料館、無言館
**定員**　28人
**参加料**　100円
**持ち物**　電車代、無言館入館料、昼食、かさ、水筒、カメラなど
**申込み**　上田情報ライブラリー

## Region Plaza 上田創造館
☎23・1111／FAX 24・4100
〒386-1102　上田原1640

**◆むかしばなしこわ～い話の一日**
**日時**　8月27日㈯ 13:30～（むかしばなし語りの会）／19:00～（こわい話だらけの上田創造館納涼大会）
**入場料**　無料

**◆太陽の黒点を見てみよう**
**日時**　8月20日㈯ 10:00～11:00
**参加料**　無料

# 四つ葉のスケッチ

上田市 丸子町 真田町 武石村 共通企画

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 **でかける**

## 平均気温19・6℃の涼空間にでかける

### 菅平高原 さなだ

暑い日が続く8月。涼を求めて菅平高原へでかけてみませんか。真夏の菅平高原の平均気温は、19・6℃。雄大に広がるダボスの丘や、菅平湿原を散策すると、さわやかな高原の風が感じられます。

そして、唐沢の滝（写真）は、菅平でも最も涼しげなスポット。高原の入り口にあり、国道406号線から歩いてすぐのこの滝は、高さ約15m、幅約10m。緑の木々に囲まれた滝つぼ近くは、霧のようなしぶきが舞い、涼しさ満点です。

## こまる 横綱めざして猛稽古

### 伊勢ノ海部屋の夏合宿

毎年夏になると、丸子町にはいお相撲さんが大勢でかけて来ます。このお相撲さんたちは伊勢ノ海部屋の力士たち。例年7月下旬から8月中旬にかけて訪れ、眼下に依田川を臨む景勝地「岩谷堂」に合宿を張り、近くの町営相撲場で稽古に励みます。

伊勢ノ海部屋の夏合宿は30年ほど前からで、合宿期間中、土佐ノ海関をはじめとする力士たちがお祭りなどにも顔を出してくれます。

丸子で英気を養った力士たちが秋場所でその力を発揮します。

## Information

### ■真田町

**菅平の自然が分かる自然館**

今から数万年前に起こった根子岳、四阿山の火山活動によって生まれた菅平高原の地形や、動植物の不思議を知る菅平高原自然館。周囲に広がる菅平湿原では、貴重な高山植物や、野鳥との出会いも楽しめます。

開　館　6月1日～9月30日（9:00～16:00）
　　毎週火曜休館
入館料　一般200円　小・中・高100円
問合せ　菅平高原自然館　☎74・2438

### ■丸子町

**サポーター集まれ！**
**みんなで日本代表を応援しよう!!**

サッカーの2006年ワールドカップ・アジア最終予選「日本対イラン」の試合を200インチの大画面で応援する、スポーツバー形式のサッカー観戦イベントが旧丸子駅前で開催されます。会場で飲食ができるほか、各種ゲームなども行われます。

日　時　8月17日㈬　17:30～
　　（試合放映は19:30～の予定）
会　場　「あさかわ」前駐車場
問合せ　丸子町商工観光課　☎42・1047

### ■武石村

**夏はアウトドアを楽しもう**

巣栗渓谷の近くには武石観光センターやグリーンレストパークがあります。

武石観光センターつり堀では岩魚やヤマメ、虹マスなどが常時放流。釣ったその場で食べることができます。また、グリーンレストパーク内には巣栗キャンプ場があり、バーベキューやキャンプファイヤーなどが楽しめます。暑い夏に涼しい巣栗渓谷の散策とアウトドアを満喫してはいかがですか。

問合せ　武石観光センター　☎86・2003

### ■上田市

**夏の風物詩 上田七夕まつりへ**

笹の葉さ～らさら、軒端に揺れる～♪　8月6日㈯～8日㈪は海野町商店街で「上田七夕まつり」が行われます。商店街の皆さんが工夫を凝らして作った七夕飾りの数々は、歩いていると思わず見上げてしまいます。期間中は七夕飾りコンテストや、キャラクターショー、ビアホール、星空の茶会などがあり家族みんなで楽しめます。

問合せ　海野町商店街振興組合　☎22・9301

新市誕生まで、あと217日
（平成17年8月1日現在）

## たけし

### 日本一の高原「アルプスの展望台」美ヶ原高原

標高2000mにある美ヶ原高原は、標高と台地の広さが日本一の高原です。高原頂上からは北アルプス、中央アルプス、南アルプス、八ヶ岳、奥秩父山系まで見わたすことができ、「アルプスの展望台」とよばれています。また、200種類以上にもおよぶ高山植物も魅力です。ヤナギラン、マツムシソウ、ニッコウキスゲなどの花が高原一帯を埋めつくします。夏の間は牛の放牧が行われ、暑い季節に涼しい高原へでかけてみてはいかがですか。

## うえだ

### 歩いて楽しむ「旧北国街道・柳町」

歩いてでかける楽しみと言えば、江戸時代の面影を色濃く残す柳町周辺の散策がおすすめ。上田駅から大通りを北へ1kmほど、「旧北国街道・柳町」の小さな看板を左に折れると、格子造りの家並みが見えます。うだつや雀踊りなど、特徴のある建物が現役で活躍する通り沿いには欅の木がそよぎ、店先のレトロな看板やのれんが、町の雰囲気を引き立てます。夕暮れ時のおしゃれな灯ろうの明かりもまた格別です。「保命水」にも立ち寄ってみてはいかが？

## 「都市計画法による用途地域が指定されていない区域における容積率等の指定変更」の説明会開催

都市計画課　☎23・5127
建築住宅課　☎23・5430

地域の実情に応じた合理的な土地利用を行うため、「都市計画法及び建築基準法の一部を改正する法律」が平成13年に改正施行されました。これに伴い、都市計画法による用途地域が指定されていない区域における容積率等について、指定変更することになりました。つきましては、市内の該当区域における容積率等の変更について、次表の予定で説明会を開催しますので最寄の会場へご参加ください。

| 開催日 | 開催場所 | 対象地区 |
|---|---|---|
| 8月19日㈮ | 市民会館 | 北部、西部、東部、塩尻 |
| 8月23日㈫ | 上田創造館 | 城下、川辺、豊田 |
| 8月25日㈭ | 川西公民館 | 川西 |
| 8月26日㈮ | 塩田公民館 | 塩田 |
| 8月28日㈰ | 上野が丘公民館 | 神科、豊殿、神川 |
| 9月　2日㈮ | 別所相染閣 | 別所 |

**受付**　19:00～　**開始**　19:30～
**対象外区域**　中央、南部地区につきましては、用途地域の指定がされていますので、対象区域外となります。

# スポーツ

## 「上田市体育協会60周年記念ゴルフ大会」参加者募集！

上田市体育協会　☎27・9400

**日時**　9月11日㈰　8:00～
**会場**　立科ゴルフ倶楽部
**参加費**　2,500円
**プレー代**　9,500円（昼食代別）
**申込方法**　所定の参加申込用紙に参加費を添えて事務局へお申し込みください。どなたでも参加できます。

## テーピング講習会

上田市体育協会　☎27・9400

**日時**　8月25日㈭ 18:00～21:00
**会場**　市民第2体育館
**内容**　テーピングの方法をマスターしてスポーツ活動に役立てましょう。
**講師**　小嶋国彦先生（公認アスレチックトレーナー）
**参加費**　1,000円（テーピング代）
**定員**　50人

## 女性・シニアゴルフ（秋期）教室

体育課　☎23・5105

**期日**　9月14日～11月16日（水曜・全10回）
**時間**　10:00～12:00
**会場**　太郎ゴルフ練習場
**対象**　市内在住・在勤者（学生除く）及び60歳以上の男性
**定員**　30人
**受講料**　4,000円
**申込期間**　8月8日㈪～9月2日㈮
**申込み**　受講料を添えて体育課へ

## スポーツダンス教室（後期）初心者クラス

体育課　☎23・5105

**期日**　9月7日～11月23日（水曜・全11回）
**時間**　19:00～21:00
**会場**　市民第二体育館
**対象**　市内在住・在勤者（学生除く）
**定員**　男女各30人
**受講料**　3,000円
**申込み**　受講料を添えて体育課へ
**申込期間**　8月8日～9月2日
**問合せ**　上田市スポーツダンス協会事務局（五味）☎27・8574

# 相　談

## 若者の就職についての悩みをご相談ください

ジョブカフェ信州長野分室
☎026・228・0320
FAX 026・225・0116

「自分がどんな仕事に向いているかわからない」「就職活動をどのようにしたらいいのだろうか」といった若者（概ね30歳未満）の就職や職業についての悩みや疑問について、ジョブカフェ信州に登録している地域キャリアコンサルタントが、お住まいの近くの公共施設等において無料で相談をお受けします。
**申込み**　ジョブカフェ信州長野分室に、日時、場所、相談内容などのご希望を添えてお申し込みください。ご希望をもとに時間、場所を決定し、連絡します。

## 社会保険事務所による8月の年金相談時間延長

小諸社会保険事務所　☎0267・22・1080
小諸市乙294-23
長野年金相談センター　☎026・227・1284
長野市中御所45-1　山王ビル1階

この機会をぜひご利用ください。
・毎週月曜と8月9日～12日は19:00まで
・第2土曜日と9月までの第3土曜日は、9:30～16:00
**持ち物**　年金手帳または年金証書、印鑑、代理人の場合は委任状


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
上田駅より徒歩5分

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
（広告欄）

10月からのお正月は海外で!!　LOOK JTB
海外旅行&年末年始
発売スタート！　JTB上田支店
TEL.（0268）22-2880
上田市天神1-6-2（ホテルサンルート上田1F）
●営業時間／10:00～18:00
10月以降出発「ルックJTB」を8月30日（火）までにお申し込みの方には3%割引
（広告欄）

## 募　集

### 上田市営駐車場定期利用者募集

管理課 ☎22･4100(内線 1562)

| 駐車場の場所 | 月　額 |
|---|---|
| 上田駅周辺 | 13,000円 |
| 西上田駅周辺 | 4,200円 |
| 信濃国分寺駅周辺 | 4,000円 |
| 大屋駅周辺 | 4,900円 |

**申込み**　管理課へ

## お知らせ

### 刈草等を無償でお譲りします

千曲川河川事務所 ☎026･227･9261

堤防管理のために行う除草で生じる刈草をお分けします。
堆肥等として資源化できる刈草を欲しい方はお申し込みください。
詳細は千曲川河川事務所へ。

### ホームページの停止について

情報推進課 ☎23･8241

上田市公式ホームページが、庁舎電源工事のため、次の時間帯で一時的に停止する場合があります。
**日時**　8月19日㈮ 10:00～20日㈯5:00

### 新幹線沿線地域の皆様へ 夜間工事のお知らせ

JR東日本長野新幹線保線技術センター ☎026･224･5487

新幹線のレール面を滑らかにする夜間工事を予定しております。騒音防止には十分注意致しますが、ご協力とご理解をよろしくお願い致します。

**施工場所・日時**　下堀～上塩尻・8月19日～10月14日まで、各日23:30～5:00を予定。

### 特定疾患医療受給者に見舞金を支給します

福祉課 ☎23･5130

対象の方は申請してください。
**対象**　市内にお住まいで、保健所から平成17年7月1日現在で特定疾患医療受給者証の交付を受けている方（小児慢性特定疾患で医療受診券をお持ちの方も対象になります。）
**支給金額**　1万円（支給は年1回で今回の申請のみ）
**申請期限**　8月31日㈬まで
**申請方法**　福祉課窓口に見舞金申請書と特定疾患医療受給者証の写しを提出してください。
**支給方法**　口座振替（9月下旬）
**その他**　昨年支給を受けている方も申請が必要です。

### 農業振興地域の除外等の申請締切日を延長します

農林課農業振興担当 ☎23･5122

農業振興地域の除外等の申請については、毎年2月と8月に受付していますが、来年3月の合併に伴い、県と計画の協議をする必要があるため、8月の締切日は平成18年2月末まで延長いたします。
なお、申請の予定がある場合については事前に農林課へお問い合わせください。

### 「川西の石造物」の刊行について

文化振興課 ☎23･5102

川西郷土研究会が川西地域の全石造物を調査し、冊子を刊行しました。
上田市立図書館や情報ライブラリー、川西公民館などにいただきましたのでご覧ください。なお、一般頒布はありませんのでご了承ください。

### ふるさとコール信州上田地域 就職夏季ガイダンス

上田職業安定協会（上田商工会議所内） ☎22･4500

**日時**　8月19日㈮ 13:00～16:00
**会場**　上田東急イン国際クリスタルホール
**内容**　平成18年3月に大学、短大、各種学校等を卒業見込みの方を対象にした合同企業ガイダンス

### はかりの定期検査のお知らせ

商工課商工振興担当 ☎23･5395

**検査対象地区**　城下地区、川辺･東田地区、神川地区（上郷自治会を除く。）、神科地区、豊殿地区、富士山地区、東塩田地区、中塩田地区、西塩田地区、別所温泉地区、川西地区及び山口自治会
**検査実施日程**

| 実施日 | 検査会場 | 検査時間 |
|---|---|---|
| 8月17日㈭ | 川西公民館 | 9:30～11:30 |
| | 中之条公民館 | 13:00～15:00 |
| 8月18日㈮ | 東塩田老人集会所 | 9:30～11:30 |
| | 相染館 | 13:00～15:00 |
| 8月19日㈯ | 上野が丘公民館 | 9:30～11:30 |
| | 農村環境改善センター | 13:00～15:00 |
| 8月22日㈪ | 川辺町会館 | 9:30～12:00<br>13:00～15:00 |
| 8月23日㈫ | 中村自治会館 | 9:30～12:00<br>13:00～15:00 |
| 8月24日㈬ | 塩田公民館 | 9:30～12:00<br>13:00～15:00 |
| 8月25日㈭<br>・26日㈮ | 上田市役所<br>計量検査室 | 9:30～12:00<br>13:00～16:00 |

なお、検査には手数料が必要になります。

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〉

**内容**　古文書資料を基に、江戸時代の人々の生活を知る連続講座
**講師**　尾崎行也さん
**定員**　70人
**受講料**　3,000円
**申込み・問合せ**　八十二文化財団へ

## 後期エンパワーメント講座

市民プラザ・ゆう　☎27・2988

**対象**　市内存住・在勤者（学生除く）
**会場**　市民プラザ・ゆう
**託児**　講座受付時に申込み
**申込み**　8月10日(水)15:00から受講料を添えて市民プラザ・ゆうへ
パソコン講座は、子育て中のお母さん対象（文字入力できる方）。

**◆子育て応援講座（全5回）**
**日時**　9月6日・13日・20日・27日、10月4日　10:00～11:00
**定員**　15組（1歳半～3歳位対象）
**受講料**　1,000円
**材料費**　200円（10/4に集金）
リトミックや絵本の読み聞かせ、おやつ作り（五平餅）など

**◆子育てママのパソコン講座 Word編（通知文を作ろう）**
**日時**　8月30日(火)、31日(水)　10:00～15:00
**定員**　15人（託児は2歳～）
**受講料**　800円
**テキスト代**　525円(8/30に集金)

**◆子育てママのパソコン講座 Excel編（家計簿をつけよう！）**
**日時**　9月1日(木)、2日(金) 10:00～15:00
**定員**　15人（託児は2歳～）
**受講料**　800円（テキスト代なし）

**◆男の料理講座（全5回）**
**日時**　9月8日・22日、10月6日・20日、11月10日　18:30～20:30
**定員**　20人
**受講料**　1,000円
**その他**　材料費は5回で3,000円

## 教養講座　いのちを語り継ぐ「きけわだつみのこえ 上原良司」

八十二文化財団
☎026・224・0511

**日時**　8月10日(水)14:00～16:00
**会場**　駅前ビルパレオ5階会議室
**講師**　中島博昭さん
**入場料**　1,000円（資料代）

# 募　集

## 上野霊園の壁面墓地申込者募集

上田市産業開発公社　☎22・4100　内線1701、1702

**所在地**　上田市大字上野874-2他
**募集区画数**　壁面墓地105区画
**区画面積**　0.9×3m（2.7㎡）
**永代使用料**　53万円
**年間管理料**　2,500円（共益部分）
**対象**　市内に住所か本籍のある方
**申込み・問合せ**　上田市役所4階産業開発公社（担当：依田、金井）へ

## 保育園のあり方検討委員会委員を募集します

児童保育課　☎23・5132

**応募資格**　市内在住の20歳以上75歳以下の方（1人1審議会まで）
**募集人員**　2人
**任期**　平成17年9月～平成18年2月
**審議会の内容**　多様化する保育ニーズへの対応、効率的な保育園運営を図るために、民間活力の導入、統廃合等を含めた、公私立保育園の今後のあり方について検討を行っていただきます。
**選考方法**　所定の用紙に「今後の保育園に望むこと」と題したレポート（800字以内）を添えて、児童保育課に提出。レポートと面接により決定。
**締切**　8月19日(金)詳しくは児童保育課へ

## うえだ環境フェア（消費生活展）出展者募集

生活環境課　☎23・5120

「なにより実践！環境にやさしいくらし」～美しい地球を残すために～
**日時**　10月16日(日) 10:00～15:00
**会場**　上田創造館
**出展内容**　環境、消費生活、リサイクル等に関する展示・実演など
**申込み**　8月16日(火)までに生活環境課へ内容のわかる企画書を提出してください。
**その他**　資源活用広場（フリーマーケット）も同時開催します。

## 暴力追放運動ポスター・標語の募集

長野県暴力追放県民センター
☎026・235・2140

暴力追放活動を推進するため、ポスターと標語を募集します。
**応募方法**　ポスターはB3版の画用紙（裏に氏名明記）を、標語は官製はがきを使用してください。
作品には住所・氏名・年齢・性別・職業または学校名をご記入ください。
**応募締切**　9月9日(金)
**送付先**　〒380-8510
長野市大字南長野692-2
(財)長野県暴力追放県民センター

クラーク記念国際高等学校
三浦雄一郎 校長

クラーク記念国際高等学校(通信制)
高校卒業証書取得から次のステップ(就職・進学)へ
▶高校在籍生は転入学ができます
●学年がダブらず、高校生活合計3年間で卒業できます。
▶高校中退者は編入学ができます
●10月入学生　願書受付開始　平成17年7月1日～

学校説明会
8月27日(土) 1回目 10:00～ 2回目 11:00～
※1回目と2回目は同じ内容です。
●会場　国際高等学院長野校
●対象　中学生・高校生、保護者、学校教員
●内容　学校概要　入試について　在校生による学校生活紹介　個別相談
●希望者は電話で予約をしてください。

クラーク記念国際高等学校　長野キャンパス(上田市)
国際高等学院 長野校　〒386-0027 長野県上田市常磐城2-6-4(JR・しなの鉄道上田駅から徒歩15分)
Tel:0268-26-5515

〈広告欄〉

## 催し

### アクアわくわくプラザまつり

アクアプラザ上田 ☎26·2626

◆宝さがし
その日の運によって宝（景品）が決まるよ！
**日時** 8月5日㈭ 14:00～
**対象** 小学生以下（幼児は保護者同伴）
◆スイカ割り
**日時** 8月11日㈭ 14:00～
**対象** どなたでも

### 室賀温泉七夕祭り

室賀温泉ささらの湯 ☎31·1126

**日時** 8月6日㈯ 17:00～21:00
**会場** 室賀温泉ささらの湯
**内容** 飲み物などの出店のほか、各種イベントが開催されます。夏の夜空を眺める星空観察も行います。

### 「赤松小三郎ゆかりの地」探訪市民の集い

伊東 ☎22·9065 FAX23·7982

**日時** 8月20日㈯ 13:30～17:00
**集合場所** 上田合同庁舎玄関前
**コース** 上田が生んだ黎明の志士赤松小三郎の市内ゆかりの地を探訪します。
**参加料** 無料（要事前申込み）

### オーボエ・フルートによるデュオコンサート

上田情報ライブラリー☎29·0210

**日時** 8月20日㈯ 18:30～
**場所** ことばの森ホール
**演奏** 西入優子さん（オーボエ）、近藤孝憲さん（フルート）
**定員** 80人
**料金** 大人1,000円 小学生以下500円
**申込み** 上田情報ライブラリー

### 沖縄三線（さんしん） 琉球のこころ ～八重山古典民謡の夕べ

池波正太郎真田太平記館 ☎28·7100

**日時** 8月27日㈯ 19:00～
**会場** 池波正太郎真田太平記館
**演奏** あやぱに（八重山古典民謡を主に演奏活動を行うグループ）
**曲目** 小浜節、月ぬまびろーま節、新安里屋ゆんた ほか
**入場料** 1,000円（飲み物付）
**定員** 50人
**チケット** 太平記館で発売

### マウリツィオ・バリーニ「ロマンティック☆ショパン」

上田市民会館 ☎22·0762

**日時** 11月2日㈬ 18:30～
**会場** 上田市民会館
**先行販売** 8月1日～
**先行価格** 2,000円（全席自由）
**一般販売** 9月1日～
**一般価格** 2,500円（全席自由）
**販売** 市民会館、教育委員会で販売

### サロントーク池波正太郎「夜の戦士」

池波正太郎真田太平記館 ☎28·7100

**出演** 鶴松房治さん（当館指導員）、土屋郁子さん（当館企画員）
**日時** 8月24日㈬ 14:00～（1時間30分程度）
**内容** 夏企画展 池波正太郎「夜の戦士」の舞台を歩くにちなみ、作品や展示内容等を出演2人による気軽なトークでご案内します。
**会場** 池波正太郎真田太平記館
**参加費** 500円（ドリンク付）
**募集人員** 30人
**チケット** 太平記館で発売

## 講座・教室

### 文化講演会「常楽寺の文化と歴史（仮題）」

文化振興課 ☎23·5102

**日時** 8月18日㈭ 10:00～12:00
**会場** 常楽寺
**講師** 松浦正昭さん（文化庁主任文化財調査官）
**交通** 駐車場がありませんので、上田電鉄別所線をご利用ください。

### 上級救命講習会

上田地域広域連合消防本部 ☎26·0019 内線209

**日時** 9月10日㈯ 8:30～17:30
**会場** 上田創造館文化ホール
**講習内容** 心肺蘇生法(人工呼吸・心臓マッサージ)、大出血時の止血法、骨折時の手当など
**服装・持ち物** 実技のできる服装・筆記用具・昼食
**申込み** 9月2日㈮までに、お近くの消防署へ
**受講料** 無料

### 八十二文化財団歴史講座「風呂屋・髪結・祭礼踊 ～江戸庶民の楽しみ～」

㈶八十二文化財団 ☎026·224·0511 FAX026·224·6452

**日時** 9月7日㈬、14日㈬、21日㈬
**時間** 14:00～16:00
**会場** 上田市民会館2階大会議室

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）

# お知らせ

## 上田市小学生バレーボール大会

**日　時**　8月28日(日)
**会　場**　自然運動公園体育館
**申込締切**　8月11日(木)
**参加料**　1チーム3,000円
**申込み・問合せ**　依田一徳(第六中学校)
☎22・5013
FAX 22・5003

## 長野国際ゴスペルフェスティバル フェアウェルコンサート

**日　時**　8月18日(木)18:30～
**会　場**　信州国際音楽村パノラマステージひびき
**入場料**　一般3,000円、高校生以下1,500円
**問合せ**　滝原　☎24-7224

## 上田市消防団 第18分団 「第11回 おはこ祭り」

**日　時**　8月20日(土)
17:00～20:00
**会　場**　浦里小学校校庭
**内　容**　消防音楽隊、浦野宿勇太鼓連、ポンプ車・赤バイ展示ほか
**問合せ**　古平　☎090-2566-0591

## インターバルウオーキング参加者募集

健康推進課　☎22-4100　内線1636・1638

上田市では、今年度信大医学部と連携して科学的手法に基づいたインターバルウオーキングで健康づくりをすすめます。
インターバルウオーキングとは、右図の測定装置(熟大メイト)をつけて、速く歩くこととゆっくり歩くことを繰り返す歩き方です。
個人にあった運動処方ができるため、今までのウオーキングに比べ、短期間で様々な効果が期待できます。

**日　程**
8月19日(金)　オリエンテーションおよび体力テスト
・各自でインターバルウオーキング
・2週間に1回、市役所でデータ転送
・9月13日(水)と11月15日(火)調理実習
11月30日(水)　体力テスト
**対　象**　20歳以上の上田市民で、上記日程と熟大メイトのデータ転送のため2週間に1回市役所に来られる方
**定　員**　先着20人
**参加料**　3,000円(保険料、調理実習費含む)
**申込み**　8月4日(木)　8:30～電話で健康推進課へ

## 第19回 上田古戦場健康マラソン大会参加者募集

体育課　☎23-5105

**期　日**　10月9日(日)※雨天決行
**会　場**　上田公園内をスタートし、千曲川堤防道路を折り返し、陸上競技場をゴールとする各コース
**種　目**　①男子10キロ ②女子10キロ ③男子5キロ ④女子5キロ ⑤中学生男子5キロ ⑥中学生女子5キロ ⑦小学生高学年男子3キロ ⑧小学生高学年女子3キロ ⑨小学生低学年3キロ ⑩健康3キロ(どなたでも参加できます)
**参加資格**　一般アマチュア競技者で、健康に自信のある方
※小中学生は、保護者の承諾が必要です。

**参加料**　大人(高校生以上)　2,000円
中学生以下　1,000円
健康3キロ参加者は　500円
**申込み**　参加料を添えて体育課へ
**申込先**　〒386-0025 上田市天神2-4-74
☎23・5105 上田市教育委員会体育課
**受付期間**　8月22日(月)～9月16日(金)(9月11(日)は9:00～16:00も体育課で受け付けます)
**その他**　遠方にお住まいで出場希望の方をご存知でしたら体育課へお知らせください。郵便振替用紙付の大会要項をお送りします。

## 勤労青少年ホーム9月開講講座参加者募集

勤労青少年ホーム　☎22-7117

**■参加資格**　事業所等に勤務する35歳までの方。
**■申込み**　8月17日(水)から20日(土)までの12時から22時までに勤労青少年ホーム(消防本部前)へ、受講料を添えて申し込んでください。電話でも受け付けます。
**■会場**　勤労青少年ホーム

| 講座名 | 曜日 | 回数 | 開始日 | 開始時間 | 定員 | 受講料 | 材料費等 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 料　理 | 月 | 10回 | 9/5～ | 18:30～ | 18人 | 2,000円 | 材料費5,000円程度 |
| 料　理 | 火 | 10回 | 9/6～ | 18:30～ | 18人 | 2,000円 | 材料費5,000円程度 |
| 英会話 | 火 | 10回 | 8/30～ | 20:00～ | 15人 | 2,000円 | 筆記具 |
| 料　理 | 水 | 10回 | 9/7～ | 18:45～ | 18人 | 2,000円 | 材料費5,000円程度 |
| エアロビクス | 水 | 10回 | 9/14～ | 19:00～ | 20人 | 2,000円 | 運動のできる服装 |
| ハングル | 木 | 10回 | 9/8～ | 19:00～ | 10人 | 2,000円 | 筆記具 |
| そば打ち | 木 | 4回 | 9/8～ | 18:30～ | 9人 | 800円 | 材料費等1,500円程度 |
| ジャズダンス | 金 | 10回 | 9/9～ | 19:00～ | 20人 | 2,000円 | 運動のできる服装 |
| 社交ダンス | 金 | 10回 | 9/9～ | 19:30～ | 20人 | 2,000円 | 運動のできる服装、室内用靴 |
| パソコン(中級) | 金 | 10回 | 9/30～ | 19:00～ | 10人 | 2,000円 | 筆記具 |

## ごめい福をお祈りします

（6月届出分・敬称略）

| | | | |
|---|---|---|---|
| 高橋 浩子 | 朝日ヶ丘 | 44 |
| 徳武善治郎 | 新田 | 81 |
| 金井 寛二 | 上房山 | 78 |
| 調本 チヨ | 大日本 | 84 |
| 出崎 進一 | 下郷 | 81 |
| 藤田 睦夫 | 新田 | 57 |
| 赤川 富義 | 下之条 | 84 |
| 滝澤 千代生 | 塚 | 91 |
| 関 孝 | 院内 | 96 |
| 坂井 文子 | 分去 | 87 |
| 綱谷 喜義 | 長島 | 73 |
| 小山巳津江 | 下宮賀 | 76 |
| 黒澤 清市 | 鎌原 | 89 |
| 壹掛 壽子 | 下塩尻 | 75 |
| 堀内 章二 | 下之郷 | 47 |
| 武井 良造 | 鎌原 | 67 |
| 細井みづの | 長島 | 77 |
| 塚田 一枝 | 染屋 | 43 |
| 中曽根つな | 野竹 | 86 |
| 小林 洋平 | 生塚 | 62 |
| 朝日けさ美 | 山口 | 94 |
| 瀧澤 浜江 | 金井 | 80 |
| 花岡 節郎 | 新屋 | 74 |
| 市川 昭子 | 上青木 | 76 |
| 渡邉 博 | 下本郷 | 78 |
| 竹内 義明 | 新田 | 71 |
| 栗野けさを | 上田原 | 99 |
| 小山きつ子 | 倉升 | 74 |
| 成澤 悦雄 | 緑が丘西 | 67 |
| 藤澤 宗一 | 下郷 | 75 |
| 戸田千代子 | 大久保 | 83 |
| 柏原 秋子 | 上田原町 | 72 |
| 宮島 弘幸 | 下青木 | 79 |
| 関 公男 | 蛇沢 | 87 |
| 滝澤美智子 | 吉川原町 | 53 |
| 林 修三 | 秋和 | 87 |
| 瓶子 勝 | 材木町 | 79 |
| 荻久保福代 | 中常田 | 83 |
| 太田 旅次 | 岩下 | 86 |
| 堀内 通代 | 踏入 | 48 |
| 小澤 良行 | 川辺町 | 70 |
| 齊藤 重子 | 十人 | 79 |
| 塩沢 文雄 | 大湯 | 85 |
| 内山 なか | 倉升 | 85 |
| 滝沢 春野 | 上塩尻 | 90 |
| 藤作 敏雄 | 緑が丘北 | 91 |
| 菱田 滋 | 緑が丘 | 86 |
| 神津 公英 | 五加 | 68 |
| 安藤 悦次 | 上小島 | 90 |
| 齋藤 啓子 | 藤之木 | 57 |
| 渋沢 榮一 | 新田 | 77 |
| 長井 五郎 | 材木町 | 76 |
| 中村 久夫 | 吉田 | 84 |
| 成澤ちかい | 花岡 | 86 |
| 遠藤 敦江 | 西前山 | 89 |
| 松崎 富次 | 岩清水 | 87 |
| 石井 益一 | 半過 | 88 |
| 堀内 鉄也 | 下室賀 | 34 |
| 掛川 でん | 新田 | 95 |
| 宮下 とり | 久保林 | 83 |
| 三井 嘉定 | 金剛寺 | 82 |
| 成澤 擔一 | 緑が丘北 | 71 |
| 滝澤 とし | 岩下 | 96 |
| 須崎 ひで | 伊勢山 | 85 |
| 宮地介四郎 | 諏訪形 | 88 |
| 神田みつい | 越戸 | 96 |
| 春原 昌子 | 東前山 | 90 |
| 荒井 篤彦 | 小牧 | 54 |
| 横関令朝由 | 御所 | 77 |
| 工藤 政好 | 下之条 | 95 |
| 柳澤 正康 | 五加 | 81 |
| みすず富 | 中常田 | 71 |
| 祐子 | 中常田 | 89 |
| 清水 | 岩清水 | 87 |
| 半過 | 半過 | 88 |
| 下室賀 | 下室賀 | 34 |
| 新田 | 新田 | 95 |
| 久保林 | 久保林 | 83 |
| 金剛寺 | 金剛寺 | 82 |
| 緑が丘北 | 緑が丘北 | 71 |
| 岩下 | 岩下 | 96 |
| 伊勢山 | 伊勢山 | 85 |
| 諏訪形 | 諏訪形 | 88 |
| 越戸 | 越戸 | 96 |
| 東前山 | 東前山 | 90 |
| 小牧 | 小牧 | 54 |
| 御所 | 御所 | 77 |
| 下之条 | 下之条 | 95 |
| 五加 | 五加 | 81 |

## ■国勢調査にご協力を!!

国勢調査相談窓口（情報推進課 統計係） ☎25-9741

**＜今年は国勢調査の年＞**

平成17年10月1日、ふだん日本に住むすべての人を対象に国勢調査が実施されます。

**＜少子・高齢化社会の姿を明らかに＞**

国勢調査は、国内の人口、世帯、就業者からみた産業構造などの状況を地域別に明らかにする統計を得るために行われる国の最も基本的な調査です。

2005年国勢調査は、少子・高齢化という大きな変化のときにある日本の姿を明らかにし、これからの日本、地域の在り方を描いていくために欠かせないものです。私たちの国、私たちのまちの住みよい未来を描き出すために、あなたの現在を調査票に記入してください。

**＜平成17年国勢調査の広報サイト「CENSUS PARK」＞**

(http://www.stat.go.jp/data/kokusei/2005/kouhou/index.htm)

## ■社協職員募集

上田市社会福祉協議会 ☎27-2025

- **職　種**　神川在宅介護支援センター　正規職員
- **定　員**　1人
- **応募資格**　社会福祉士資格、普通自動車免許
- **必要書類**　履歴書（市販のもの）
- **応募期間**　8月25日㈭まで
- **採用予定日**　10月1日㈯
- **選考方法**　筆記・面接
- **給　与**　当社給与規定による

市民会館・文化会館の催しは、2Pのカレンダーをご覧ください。

## こんにちはボランティアセンターです ㉜

今回は、障害のある人と一緒に"旅"を企画し、楽しむ活動をしているグループを紹介します。

### ひまわり号を走らせる信州上田実行委員会

会員募集中!

例会日　毎週火曜日 19:00～　会員12人

「ひまわり号」は、"列車に乗ってみたい""旅をしたい"という障害のある人の願いを実現しようと集まった仲間で交通機関を走らせる全国運動です。昭和57年に始まり、県下では59年に上田～直江津間を走って以来、今年で22回目となります。

毎年様々なところへ旅行することで、障害のある人ない人が交流し、お互いに理解を深めるとともに、みんなが利用しやすい乗り物や公共施設のあり方を考えてきました。

今年も次のとおり参加者を募集中です。

日　時　9月23日(金)　秋分の日
行き先　諏訪湖（遊覧＆散策）
定　員　120人（バス3台）
　　障害のある人と同伴者及びボランティア
参加費　5,000円（小学生未満500円）
募集期間　8月20日まで（定員になりしだい締切り）

■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 ☎23・8244

## 乳房検診の対象者が変わりました

市では市民の方を対象に平成17年度乳房検診を行います。対象となる方はお受けください。

**◆対象者／今年度30～39歳になる女性**

| 日時 | 場所 | 受付 | 料金 | 内容 |
|---|---|---|---|---|
| 8/17(水) | 西部公民館 | 13:00～14:00 | 視触診 900円<br>超音波 300円<br>※生活保護、市県民税非課税世帯の方は無料。事前に健康推進課への申請が必要です。 | 受付、問診、乳房自己触診法の説明、医師の視触診による診察(必要な方に超音波撮影) |
| 8/18(木) | 市役所南庁舎2階 保健センター | | | |
| 8/19(金) | 上田創造館 | | | |
| 8/24(水) | 上野が丘公民館 | | | |
| 8/25(木) | 塩田母子健康センター | | | |
| 8/26(金) | 川西社会福祉センター | | | |

※40歳以上の方は今年からマンモグラフィ検診の対象となります(17年度の対象者は今年度40歳以上の偶数年齢になる方ですでに申込みのあった方のみ)。

※市県民税非課税世帯…本人だけでなく、同一世帯全員が市県民税非課税である場合をいいます。

**◆その他**

申込んだ方に受診はがきを郵送します。記載された日時にお出かけください。当日は脱ぎやすい服装でネックレス等はつけずにお出かけください。必要な方はバスタオルをお持ちください。乳房に関して気になる症状がある方は検診ではなく、症状を伝えながら専門医療機関(外科)を受診してください。また、8月18日(木)保健センター会場は手話通訳があります。

## マンモグラフィ検診の対象者が広がりました

国のがん検診指針の改正に伴い、市では乳房検診とマンモグラフィ検診の対象者を、今年度から変更します。日本では若い世代に乳がんが増えています。乳がんの早期発見にマンモグラフィはより有効なため、今回から対象年齢が引き下げられました。また、マンモグラフィ検診の対象とならない30代の方にも、乳がん発見の契機となることが多い「乳房自己触診法」を乳房検診の際に説明します。

| 検診名 | 対象者 | |
|---|---|---|
| 乳房検診 | 【平成16年度まで】<br>今年度30歳以上の女性 | 【平成17年度から】<br>今年度30～39歳になる女性 |
| マンモグラフィ検診 | 【平成16年度まで】<br>今年度50～74歳の女性で隔年実施 | 【平成17年度から】<br>今年度40歳以上の偶数年齢になる女性で隔年実施 |
| | ※申込みのあった方のみ対象。検診時期に受診はがきを郵送します。 | |

## 結核レントゲン検診の対象年齢が変わりました

結核予防法の改正により、今年度から結核レントゲン検診の対象年齢が変わります。

**◆対象者** 今年度65歳以上の市民(昭和16年3月31日以前に生まれた方)

**◆実施期間** 9月21日(水)～10月20日(木)

**◆実施会場等** 詳しくは8月16日号の広報うえだと一緒にお配りする「結核レントゲン検診のお知らせ」をご覧いただき、お近くの会場でお受けください。

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～

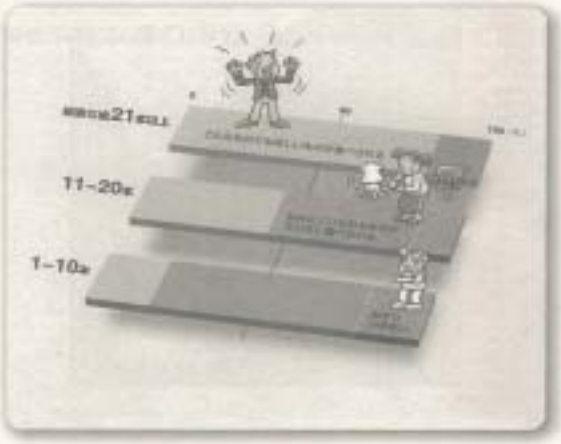
8月のテーマ

# 歯の健康づくり "自分の歯を守っていつも歯ッピー"

健康推進課　☎23・8244

## あなたの歯は、何本ありますか？

成人の歯は、親知らずも含めて全部で32本ありますが40歳代を境に急速に減ってきます。自分の歯が20本以上ある人とそうでない人では、生活の満足度に大きな差があります。高齢になっても健康で満足感や幸福感のある日常生活を送るには、生涯を通じた歯の健康づくりが大切です。




### 今月のチャレンジ

●お口のチェックをしてみましょう！

・歯肉が腫れる　・歯肉から出血する
・口の中が粘る　・息がくさい
・噛むと痛い　・歯がぐらぐらする

あてはまる症状があったらすぐかかりつけ歯科医に相談しましょう。

## 歯の敵、それはむし歯と歯周病

歯を失う原因は、主に「むし歯」と「歯周病」です。特に歯周病は、自覚症状がほとんどないまま進行し、中高年になった頃には重症化して歯が抜けてしまう、という怖い病気です。最近では若い人たちにもこの歯周病が広がってきています。

かかりつけ歯科医を持ち半年に1回は歯科健診を受け歯石をとるなど歯のクリーニングを受けましょう。また、自分の歯やお口の状態にあった歯みがきができているかなどの指導も受け、身につけましょう

## 今月の健康づくり事業は？

この機会に歯科健診を受け、大切な自分の歯を守りましょう！

### 【まちかど歯科健診】

七夕を見ながらお口の中のチェックを！

あなたのお口の中は健康ですか？
お子さんからおじいちゃんおばあちゃんまで
お気軽におでかけください！

■歯のパネル展示や歯のクイズ　粗品プレゼント

◆日　時　8月7日(日)　13:30～15:00
◆場　所　海野町会館2階
◆内　容　・歯科医師による歯科健診・相談（無料）。
　　・効果的なブラッシング方法お教えします。

## 新生 上田市「市章」デザイン募集

あなたのアイデアが新生「上田市」のシンボルになります。
えんぴつやクレヨンで描いた手がきのデザインも大歓迎。

あなたのアイデアをください

- ●自由なテーマで新市のイメージにふさわしいデザインを募集します。
- ●指定の応募はがきまたは白地のはがきを使って、合併協議会事務局へご応募ください。
- ●最優秀賞（採用作品）1点に賞金20万円、優秀賞　数点に賞金各2万円を差し上げます。
  ※応募方法など、詳しくは8月1日発行の『上田市・丸子町・真田町・武石村合併協議会だより』をご覧ください。
  ※募集期間　8月18日㈭～9月30日㈮

## 4市町村タウンウォッチング 参加者募集

新市内にある主要施設、観光名所など、地域をバスでめぐり、新生上田市の魅力を発見してみませんか？
皆さんの参加をお待ちしています。
詳しくは8月1日発行の『上田市・丸子町・真田町・武石村合併協議会だより』をご覧ください。

◆日程・ルート

| | |
|---|---|
| 9月10日㈯ | 上田市右岸、真田町 |
| 9月15日㈭ | 上田市左岸、武石村 |
| 10月6日㈭ | 真田町、丸子町、武石村 |
| 10月19日㈬ | 丸子町、上田市左岸 |

◆時　間　概ね 10:00 ～ 16:00
◆定　員　50人程度
◆参加料　無料
◆申込み　各ルートの実施日2週間前までにはがきかFAXで合併協議会事務局へ。定員になりしだい締切り。
◆問合せ　上田市・丸子町・真田町・武石村合併協議会
上田市大手2-3-3（上田市役所福祉会館1階）
☎28・6053　FAX 28・6058
E-mail ： gappei@city.ueda.nagano.jp
http://www.ueda-maruko-sanada-takeshi-gappei.jp

広報うえだ
No.1420
平成17年8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
市政発言電話　TEL 0268-25-2520
市政発言FAX　FAX 0268-23-5111
市政発言メール　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キを使用しています。