



3泊4日の  
通学合宿

大感謝祭  
!お買い得!  
!お買い得!

## CONTENTS

## 主な内容

- 未来っ子かかやきプラン..... P.4
- 国民健康保険..... P.6
- 4市町村共通企画「四つ葉のスケッチ」... P.12
- 求む! 30秒CM「上田CMコンテスト」... P.14
- お知らせ..... P.15
- 保健ガイド..... P.22

広報

# うえだ

平成17年/2005  
No. 1418

7.1





### 表紙のことは

6月14日から3泊4日の日程で、浦里・川西小学校の4～6年生28人が「通学合宿」を行いました。昼間は学校に通い、夜は川西公民館に宿泊しながら仲間と共同生活する体験学習です。朝夕の食事自分たちで献立を決めて、夕方には近くのスーパーで買い出しをします。電卓を片手に値段を計算しながら品物を選ぶ姿は、とても楽しそうでした。



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 (6月1日現在)

|         |               |
|---------|---------------|
| 人口      | 121,817人(+46) |
| 男       | 59,684人(+22)  |
| 女       | 62,133人(+24)  |
| 世帯数     | 46,633戸(+58)  |
| 外国人登録者数 | 5,035人(+31)   |
| 男       | 2,519人(+6)    |
| 女       | 2,516人(+25)   |

※( )内は前月比

## 7月8日～22日 行事・イベントカレンダー

7

- 8(金) 星空コンサート▶ p.16  
劇団 TOKYO BOWZ 10周年記念公演(18:30～／文化会館)
- 9(土) 池波正太郎『夜の戦士』の舞台を歩く写真展▶ p.15  
押し花作り▶ p.16  
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)  
信州環境フェア(～10日・10:00～17:00／長野市ビッグハット)  
劇団 TOKYO BOWZ 10周年記念公演(18:30～／文化会館)  
星空観望会▶ p.16
- 10(日) 劇団 TOKYO BOWZ 10周年記念公演(13:30～／文化会館)
- 11(月)
- 12(火) 再就職支援のための講座▶ p.19
- 13(水)
- 14(木) エコハウス「わくわく講座」▶ p.20  
パートナーと素敵に生きるための講座▶ p.19
- 15(金)
- 16(土) あじさい祭り▶ p.15  
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)  
デジタルカメラ講座入門▶ p.16  
上田祇園祭▶ p.15
- 17(日) 岳の戦▶ p.13  
パノラマ展望台ウォーキング▶ p.15  
ビデオ上映会▶ p.16  
飯島香フルトリサイタル(14:00～／文化会館)
- 18(月) ビデオ上映会▶ p.16
- 19(火) エコハウス「わくわく講座」▶ p.20
- 20(水)
- 21(木) パートナーと素敵に生きるための講座▶ p.19  
インターネット活用講座▶ p.16
- 22(金) 再就職支援のための講座▶ p.19

### 融資・経営改善特別相談日のお知らせ

商工課 ☎23-5395 上田商工会議所 ☎22-4500

市と上田商工会議所では、中小企業者を対象にした「融資・経営改善特別相談日」を毎月開催しています。融資の申込みや経営上の様々な問題について中小企業診断士や国民生活金融庫担当者などの専門家が相談にあたります。

- ◆開催日 7/20(水)・8/22(月)・9/20(火)・10/20(木)・11/21(月)・12/20(火)・平成18年1/20(金)・2/20(月)・3/20(月)
- ※この開催日以外でも、専門家が相談に応じています。
- ◆開催時間 10:00～16:00 ◆場所 上田商工会議所
- ◆相談料 無料 ◆持ち物 決算書2年分他の関係書類



### 全国消防職員 意見発表会で 浅川美保子さんが 最優秀賞に

5/26 (木)

中央消防署勤務の

浅川美保子消防士が、熊本市で行われた全国消防職員意見発表会で最優秀賞を受賞しました。意見発表のテーマは「小さな消防士」。大会では「子どもたちを火から遠ざけるのではなく、火の怖さやありがたさを教えたい」と子どもの頃から火への正しい認識をする大切さを訴えました。



### 上田市建設事業協同組合 台風23号復旧作業の貢献で受賞 6/9 (木)

昨年10月の台風23号災害の復旧作業で住民の安全を守るために貢献した点が高く評価され、上田市建設事業協同組合(理事長・平野岩夫さん)が岩手県一関市で開催された全国防災協会通常総会で「災害復旧及び災害防止事業功労者表彰」を受けました。受賞後、市役所を訪れ市長へ報告をされました。



### クラシック音楽のひととき 6/11 (土)

毎月第2土曜日に行われる上田駅前のストリートパフォーマンス。この日は東北信地方で活躍中のクラシックの演奏家4人が出演。道行く人は優雅な調べにうっとりしていました。次回7月9日(土)は、信州大学学生のバンド演奏とクラシック音楽の予定です。



### 新産業創出への 取組みが表彰 (JANBO 賞受賞)

6/3 (金)

企業の新事業創出に向けた取り組みに

対して支援を行う JANBO (日本新事業支援機関協議会) の表彰式が東京都内で行われ、上田市産学官連携支援施設 (AREC) に新事業創出機関賞、AREC コーディネータの岡田基幸さん(左から二人目)に新事業創出支援賞、玉ねぎ外皮の有効利用を事業化した福澤厚さん(左端)には新事業創出賞が贈られました。受賞の報告に市役所を訪れた岡田さんは「県内の産業振興の手本になりたい」と話しました。

### 松尾町商店街で フリーペーパー (無料情報紙) 発行

6/11 (土)



松尾町商店街の皆さんが無料の情報紙「真田坂」を創刊しました。「本当にお客様の求めているものは何か」を考え、商店街のあり方を見つめ直し、買い物客と意見をやり取りする場にする予定です。通りかかった若者の率直な意見も掲載されていて、魅力的な情報紙です。松尾町商店街や上田駅、銀行、ホテルなどに置く予定です。



### アユの放流・ せせらぎ水路の 通水式

6/16 (木)

川辺小学校4年生が千曲川の「水辺プラザ川の駅」(半過地区)でアユの放流を体験しました。また、昨年の台風23号で埋まり水が流れなくなっていた親水公園も、この日まで一部が復旧され、子どもたちの手でせせらぎ水路の通水式も行われました。



# 未来つ子 かがやき プラン

上田市では、国の次世代育成支援対策推進法に基づき、総合的な「次世代の育成支援」を行うことを目的に、平成17年度から平成21年度までの5年間の行動計画（前期計画）を策定しました。

この計画に沿って市の事業を行う予定です。

男女共同参画課 ☎23・5245

## 4つの視点

子どもの  
視点

次代の  
親づくりの  
視点

社会全体の  
支援の視点

すべての  
家庭と子ども  
の視点

## ● 6つの基本目標 ●

- 1 子育ての喜びや感動を分かち合えるまちづくり
  - ・安心して子育てができるための支援
  - ・すべての子育て家庭を応援する保育サービスの充実
  - ・地域全体で支え合う子育ての仕組みづくりの推進
- 2 母性・父性が育ち子どもが健康に育つまちづくり
  - ・新しい命を健やかな心身で迎えることができるための支援
  - ・生まれた子ども達が健康で育つための支援
- 3 次代へつなぐ心豊かな自立した人づくり
  - ・子どもの生きる力を育む環境の創出
  - ・子どもの育ちを応援する環境の創出
  - ・子育てに夢を持てる人づくりの推進
- 4 子どもが安全で安心して暮らせるやさしいまちづくり
  - ・子育てに快適な生活環境の整備
  - ・子どもを事故や犯罪から守る環境作りの推進
- 5 職業生活と家庭生活が両立できるまちづくり
  - ・働きながら子どもを育てる人への支援
  - ・若者の自立のための支援
  - ・父親・母親が共に子育てができるための支援
- 6 支援が必要な子どもと家庭へやさしいまちづくり
  - ・様々な状況の中で、子どもが豊かな成長ができるための支援

子どもは元気・大人は笑顔・生きる力みなぎる 上田のまち

## 主 な 新 規 事 業

育児支援家庭訪問事業として、  
産褥訪問支援事業実施

市独自の  
不妊治療費  
助成事業の実施

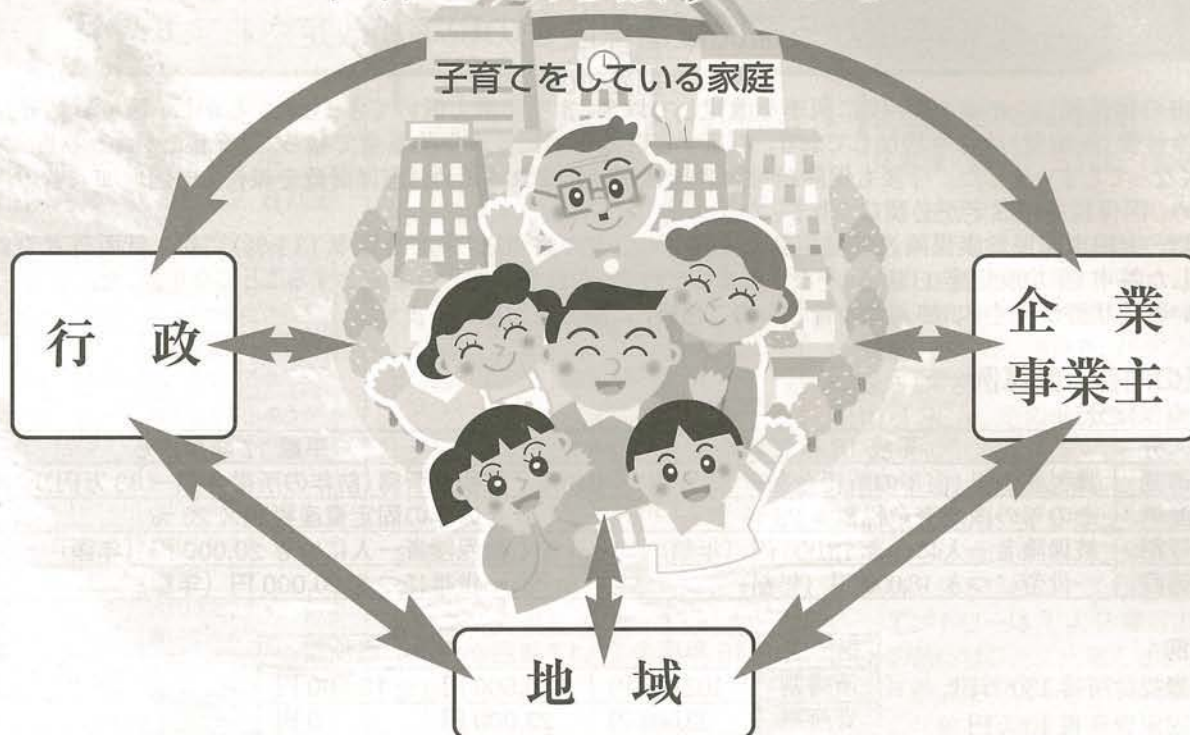
上田虐待防止  
ネットワークの  
設 立

お気に入り  
公園の  
紹 介

防犯体制強化として、青色回転灯  
パトロールカーの導入



# 子育てを応援するまち



## ★ 子育てを応援するまちづくりの4つの提案 ★



### 【お子さんたちへ】



たくさんの人と出会いふれあい、  
学ぶことから身体も心も知恵も大  
きく成長します。

自分のゆめを持ち、それをかなえるための力  
を持てる大人になっていきましょう。

そして、私たちのまち“うえだ”の未来を作  
ってください。

### 【子どもを育てている家庭の皆さんへ】

子育ては、自分の子供を育てると同時に、次の  
次代を担う人づくりです。負担は分け合い、喜び  
は分かち合いながら、この人づくりという大切な  
子育てをしましょう。そして、子どもたちが皆さ  
んにとっての「宝」であ  
ることを子どもに伝え  
てください。



## 子どもは社会の宝です

### 【地域の皆さんへ】

子育ての先輩である皆さん、人生の先輩である経  
験豊かな皆さん、子育てに現在取り組んでいる若い  
世代や子どもたちを温かく見守り、時にそっと手を  
差しのべ、応援することからはじめませんか。

子どもたちとのふれ合いや子育て  
世代との交流は、皆さんの人  
生をきっと豊かにしてくれます。



### 【事業主の皆さんへ】

子育ての重要な役割を認識し、仕事と家庭の  
両立ができ、働く皆さんが家庭で育児が十分行  
える就労環境や労働条件を整えることは事業主  
の皆さんの責務です。子育てを支援する取り組  
みを積極的に行い、社会  
全体で子どもを育てる活  
動を推進しましょう。



このまちで子どもを育てたくなる“うえだ”をめざして、子育てを社会全体で応援するまちを創りましょう



## 平成17年度から国民健康保険税の税率が改定されます

上田市の国保税は、平成13年度に税率を改定して以来、3年間据え置いてきました。しかし、医療機関等に支払う保険給付費（医療費）は毎年増加しており、不足する財源を国民健康保険基金で補ってきましたが、その基金もほとんどなくなってしまいました。今後も保険給付費の増加が見込まれるため、国保財政を維持し、国保加入者の医療を守るため、国保税率の改定が必要になりました。

税率は、上田市国民健康保険運営協議会で審議され、市の諮問案（平均改定率13.1%）に対し低所得者の負担増に配慮した答申（平均改定率11.9%）がなされましたので、これを尊重した改定とすることになりました。

厳しい経済状況が続く中、加入者の皆様のご理解、ご協力をお願いします。

### ●改正の内容と計算例

#### 1 医療保険分

| 区 分 | 平成16年度まで                 | 平成17年度から                 |
|-----|--------------------------|--------------------------|
| 所得割 | 課税総所得（前年の所得金額－33万円）×6.8% | 課税総所得（前年の所得金額－33万円）×7.7% |
| 資産割 | その年の固定資産税額×23%           | その年の固定資産税額×23%           |
| 均等割 | 被保険者一人につき18,000円（年額）     | 被保険者一人につき20,000円（年額）     |
| 平等割 | 一世帯につき18,000円（年額）        | 一世帯につき20,000円（年額）        |

#### 計算例1)

- ・課税総所得150万円
- ・固定資産税10万円
- ・加入者3人

| 区 分 | 16年度まで   | 17年度から   | 増加額     |
|-----|----------|----------|---------|
| 所得割 | 102,000円 | 115,500円 | 13,500円 |
| 資産割 | 23,000円  | 23,000円  | 0円      |
| 均等割 | 54,000円  | 60,000円  | 6,000円  |
| 平等割 | 18,000円  | 20,000円  | 2,000円  |
| 計   | 197,000円 | 218,500円 | 21,500円 |

#### 計算例2)

- ・課税総所得なし
- ・固定資産税なし
- ・加入者2人
- ・軽減割合6割

| 区 分 | 16年度まで  | 17年度から  | 増加額    |
|-----|---------|---------|--------|
| 所得割 | 0円      | 0円      | 0円     |
| 資産割 | 0円      | 0円      | 0円     |
| 均等割 | 14,400円 | 16,000円 | 1,600円 |
| 平等割 | 7,200円  | 8,000円  | 800円   |
| 計   | 21,600円 | 24,000円 | 2,400円 |



#### 2 介護保険分（40歳以上から65歳未満の方が対象となります）

| 区 分 | 平成16年度まで                 | 平成17年度から               |
|-----|--------------------------|------------------------|
| 所得割 | 課税総所得（前年の所得金額－33万円）×1.1% | 課税総所得（前年の所得金額－33万円）×2% |
| 資産割 | その年の固定資産税額×2%            | その年の固定資産税額×3%          |
| 均等割 | 被保険者一人につき4,000円（年額）      | 被保険者一人につき5,000円（年額）    |
| 平等割 | 一世帯につき4,000円（年額）         | 一世帯につき5,000円（年額）       |

#### 計算例3)

- ・課税総所得150万円
- ・固定資産税10万円
- ・加入者2人

| 区 分 | 16年度まで  | 17年度から  | 増加額     |
|-----|---------|---------|---------|
| 所得割 | 16,500円 | 30,000円 | 13,500円 |
| 資産割 | 2,000円  | 3,000円  | 1,000円  |
| 均等割 | 8,000円  | 10,000円 | 2,000円  |
| 平等割 | 4,000円  | 5,000円  | 1,000円  |
| 計   | 30,500円 | 48,000円 | 17,500円 |

#### 計算例4)

- ・課税総所得なし
- ・固定資産税なし
- ・加入者2人
- ・軽減割合6割

| 区 分 | 16年度まで | 17年度から | 増加額    |
|-----|--------|--------|--------|
| 所得割 | 0円     | 0円     | 0円     |
| 資産割 | 0円     | 0円     | 0円     |
| 均等割 | 3,200円 | 4,000円 | 800円   |
| 平等割 | 1,600円 | 2,000円 | 400円   |
| 計   | 4,800円 | 6,000円 | 1,200円 |



※1年間の国保税は、医療分と介護分を合計して年9回（7月～翌年3月）で納めていただくようになります。

- ・医療費の節約を心がけましょう。
- ・国保税の納付には便利で安心な口座振替を利用しましょう。



## 国民健康保険税(国保税)はこうして計算されています

## ●国保税を納める人

国民健康保険に加入している世帯の世帯主です。世帯主本人が他の健康保険(例えば勤務先の健康保険など)に加入していても、その世帯に国保加入者がいれば、世帯主が納税義務者になります。ただし、納税義務者を国保加入者本人に変更できる場合もあります。詳しくは、お問い合わせください。

## ●国保税の納め方

国保税の納期は7月から翌年3月までの9回です。国保税の納税通知書と納付書は、7月上旬に世帯主あてにお送りします。納期月の末日(12月は26日)が納期限です。期限内に納めましょう。

## ●国保税の計算方法

国保税は、その人の所得や資産などに応じて納める部分(所得割・資産割)と被保険者1人当たり、及び一世帯当たり(均等割・平等割)とを、医療保険分・介護保険分(40歳～64歳)それぞれに計算して、その合計を税額としています。下の表をご覧ください。

| 区分  | 税額の計算方法                                                                                                                                                                                          | 医療保険分の<br>税率・金額 | 介護保険分の<br>税率・金額 | 各区分の<br>税 額    |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------|----------------|
| 所得割 | ○給与所得者<br>16年中の収入金額－給与所得控除－基礎控除(33万円)…①<br>○給与所得以外の所得者<br>16年中の収入金額－必要経費－基礎控除(33万円)……①<br>○公的年金などの収入のある方<br>16年中の収入金額－公的年金等控除額－基礎控除(33万円)…①<br>○土地建物などの譲渡所得者<br>16年中の収入金額－必要経費－特別控除－基礎控除(33万円)…① | 7.7%…②          | 2%…③            | ①×②＝A<br>①×③＝B |
|     | ○その他<br>・免税所得(肉牛所得など)にも課税されます<br>・先物取引(雑所得など)にも課税されます<br>・扶養控除などの所得控除はありません                                                                                                                      |                 |                 |                |
| 資産割 | 平成17年度固定資産税額のうち、土地・家屋にかかる部分の額…④<br>・相続登記の完了していない固定資産は、納税管理人に含めてあります<br>・共有している固定資産は、共有人数で等分して計算します                                                                                               | 23%…⑤           | 3%…⑥            | ④×⑤＝C<br>④×⑥＝D |
| 均等割 | 被保険者1人当たり(年額)                                                                                                                                                                                    | 20,000円…⑦       | 5,000円…⑧        | ⑦＝E ⑧＝F        |
| 平等割 | 一世帯当たり(年額)                                                                                                                                                                                       | 20,000円…⑨       | 5,000円…⑩        | ⑨＝G ⑩＝H        |

この表から1年間の  
国民健康保険税の合計額は

医療保険分＝A＋C＋E＋G(最高限度額は53万円)  
介護保険分＝B＋D＋F＋H(最高限度額は8万円)

となります。

## ●国保税の軽減

所得申告の済んでいる世帯で一定の所得額以下の場合は、国保税が軽減されます。

| 軽減の種類 | 軽減の条件                                                  | 軽減される額( )内は介護保険分               |
|-------|--------------------------------------------------------|--------------------------------|
| 6割軽減  | 世帯主と国保加入者の所得合計額が<br>33万円以下                             | 均等割 1人当たり 12,000円<br>(3,000円)  |
|       |                                                        | 平等割 一世帯当たり 12,000円<br>(3,000円) |
| 4割軽減  | 世帯主と国保加入者の所得合計額が<br>{33万円＋(24万5千円×世帯主以外<br>の国保加入者数)}以下 | 均等割 1人当たり 8,000円<br>(2,000円)   |
|       |                                                        | 平等割 一世帯当たり 8,000円<br>(2,000円)  |

- ・昭和15年1月1日以前に生れた方の公的年金の所得からは、さらに15万円を控除した額で判定します。
- ・国保に加入していない世帯主の所得も軽減判定の対象として計算されます。
- ・国保税のことで分からないことは、お気軽に国保年金課へお問い合わせください。



# ようこそ私たちの学校へ

● 豊殿小学校 ●

## キッズタイム



副班長の5年生が紙芝居を読んでいます

数年前から、キッズ班という1年生から6年生までの縦割りグループを作って活動しています。



キッズタイムで「今日は遊具で遊ぼうね」

キッズタイムという朝の活動では、グループ毎に好きな場所に集合し、好きな遊びを楽しみます。活動終了時には、

「次の時何やりたい?」

「サッカーがやりたいなあ。」

「私は、図書館で本読みたいなあ。」

などと、みんなで相談して決めます。

その他、児童会の行事「チャレンジスタンブウォークラリー」や、市民の森への秋の遠足にもキッズ班で参加します。班長の6年生が中心になり、計画から下見までしっかり行い、全校で遠足を楽しみます。

今年は乗馬体験もあるので、みんな楽しみにしています。

## 中国・寧波市との 交流深めて10年

戦後60年を迎えた日本が中国・韓国等に与えた傷跡は未だ各国国民の心に深く残っています。首相の靖国参拝に加え、歴史教科書問題、領土の権利争いなどを背景に、中国、韓国の対日意識が実に厳しいことが、この度の三カ国

世論調査で明らかに

なりました。残念な

ことに将来における

日本と両国の関係が

順調に発展すると思

われない国民が、両国

に多いのが現状で

す。日本にとって一

番近く信頼を築くこ

とが必要とされる

国々に感情悪化をも

たらすことは避け、

言動にはもつと謙虚で慎重になら

なければ国連の常任理事国入りど

ころではないと思います。

ところで、中国との関係は「政冷

経熱」と言われていますが、民間レ

ベルの交流は日中国交回復後、急速

に活発となり、大変歓迎すべき状況

と考えます。当市にとり日中友好

協会他関係者の努力と熱意により、

平成7年に寧波市と友好交流都市

の提携をして10年の節目を今年迎えることができました。

これまで、文化、教育、経済を中心に、お互いの努力で子どもたちを含めさまざまな交流をしてきました。同市は浙江省にあり人口550万人の大都市です。規模では比べものにならないほどですが、市民の皆さんは期待の中継続して一つひとつの交流を積み重ねています。

市長の

No.26



うと考えています。

国ができていないことを私たちは着実に未来志向で実行していければと思います。

10周年を記念して双方で記念式典への訪問を計画しています。今月には中国から寧波市副市長はじめ一行が来日されます。私もこの秋10月ごろ、市民訪中団の皆さんと共に訪中し、友情を深め未来への約束をしてこようと考えています。







今まで男性だけ、女性だけの職場と思われていた場所で、女性や男性が働くことが珍しくなくなってきました。医療の場で男性の看護師を見かけたり、引っ越しで女性ドライバーが大型トラックを運転しているのを見かけたことはありませんか？ 性別で判断するのではなく、自分の能力や適性に応じていろいろな職業を選べる社会になりつつあります。

今月は、まだまだ男性が就くことが多いバスドライバーという職業で活躍している女性を紹介します。

## ぜひこの職業に チャレンジしてみてください

上田電鉄株式会社

バスドライバー 中井 加奈子さん

\*中井さんは平成16年度の上田市人権啓発推進委員会主催「いのち・愛・人権展」でも紹介されました。

### —お仕事の様子を教えてください。

路線バスは、朝5時から夜10時過ぎまでダイヤがあります。貸切バスの運転をすることもあります。出勤から退社までの時間は不規則ですが、全体的に長いです。

### —バスの運転手という職業に、「男性の職業」というイメージはありませんでしたか。

大きな車の運転が大好きなんです。以前も運転の仕事をしていたこともあり、長い間男性が中心の業界にいましたので、抵抗はありませんでした。

### —バスの運転手をしていて、楽しかったことや心に残っていることは何ですか。

お客様から「安心して乗車していただける」と言われた時が一番嬉しかったです。

### —女性の視点や発想を生かせると思う点は？

「バスの運転手さんは怖い」というイメージを持つお客様もいるようですが、女性だと安心するのか、笑顔を向けてくださるので嬉しいです。女性であることを生かして運転をしていきたいと思います。

### —仕事上、心がけていることはありますか。

人間関係が良好であることを大切にしています。「やめたら次はない」という気持ちを常に持つようになっています。

### —これからバスの運転手を目指す女性にメッセージをお願いします。

タクシーやトラックに比べてバスドライバーには女性が少ないので、ぜひぜひチャレンジしてみてください。楽しみに待っています！

### —最後に働く女性にメッセージをお願いします。

独身のうちは別としても、家庭を持つての両立はどんな職業でも大変です。特にこの仕事では、家族の理解や協力が欠かせませんでした。ひとりで頑張りすぎず、家族や友人に協力してもらって、ストレスをためないように頑張りましょう。

とても前向きな印象を受けました。自分自身の能力や「好き」を生かした職業選択や生き方をするには、個人が自分の気持ちを大切にしてお前向きになれること、そして、まわりのみんなもその気持ちを受け入れること—お互いを認め合うことが大切なのですね。

■男女共同参画課 ☎ 23・5245



写真提供：平林玲子さん

懐かしい写真が届きました  
この写真は昭和34年7月、下房山町の女子の部の子どもたちが上田祇園祭に参加した時のものです。「上田わっしょい」がまだ始まっていなかった当時、祇園祭は各町（現在は自治会）が協力して盛り上げる夏の一大イベントでした。土日の二日間行われ、二日目の午前中に上田駅で記念撮影をして帰ることになっていたそうです。後ろの建物は、数年前まで現役だった駅前ビルです。懐かしい一枚ですね。



あなたの投稿  
待っています。



# 「千本桜投句会」 受賞者発表！

4月の「千本桜祭り」にあわせて、上田城千本桜投句会を行いました。期間中、586首の俳句が集まり、特別選者の黛まどかさんはじめとする選者の皆さんに受賞作品を選んでいただきました。受賞された作品は次のとおりです。

## ☆黛まどか賞

### 最優秀賞

一陣の風千本の花吹雪

片岡 信代

### 優秀賞

初蝶のくぐりぬけたる櫓門  
信州の花屑付けて帰京せり

小井土きよみ  
大塚 雅彦

## ☆市長賞

### (西澤春雪選)

特選 私も千本桜を見るひとり  
秀作 桜見て城見てほめる京訛り  
散りてのちいくたびさくら無言館

太田 絵巳  
倉島 良子  
和田つる子

### (竹中龍青選)

特選 翡翠の一閃桜醒ましゆく  
秀作 花びらの絵筆の先に止まりけり  
半月の城の真上よ花の雲

加村 維麻  
市村 到  
片岡 信代

### (桑原宏雄選)

特選 千本の桜手毬を突いてをり  
秀作 千本の桜巡りて足火照る  
花万朶白雄の句碑に四季のうた

島田 洋子  
堤 やよい  
甲田 和利

### (島田洋子選)

特選 花の城出陣太鼓鳴り渡る  
秀作 古墳群のやうに街ある桜かな  
花の昼溪流といふコップ酒

伊藤いつ子  
田辺 海樹  
菅谷 竝枝

## (上澤樹實人選)

特選 残生の一日減りゆく夕桜  
秀作 千本の桜巡りて足火照る  
散り際の桜にならば言えること

神農 初恵  
堤 やよい  
河西 志帆

### (内川伝夫選)

特選 天下一桜の名所上田城  
秀作 夜桜やライトアップの上田城  
千本の桜に埋まる古城かな

角倉 吹雄  
窪田 吐秋  
柳町れい子

### (井澤充彦選)

特選 さくらさくらみんな笑顔の桜かな  
秀作 花に疲れ人に疲れて城まふし  
蹤いてくる犬も花見の貌になり

那須 陽子  
嶋田 園子  
尾崎 哲也

### (板垣峰水選)

特選 満開の千本桜の一樹撮る  
秀作 百選の桜千本城囲む  
四方より鳥の鳴き声 朝桜

板垣シズ子  
中沢まつ子  
倉島 一栄

## 短歌

熊坂 年成 選

### 入選

霞たつ朝清清しよるこびを内に入れむと三たび呼吸す

下常田 遠藤 夙子

初夏は春より憂しと武子詠む独りうべなひ卵の花眺む

矢沢 青木 杏生

五十年連れ添いたりし夫にして異なる意志を偶さかに見る

国分 今尾志津子

### 佳作

裸木の切口忽ち樹液あふれ五月の日光きらきら映す

小牧 宮島 正

あふれ咲く色濃き八重の桜花独り占めする私の五月

丸堀 長谷川 貢

同級会八十歳の思い出が多すぎ記録のペン重すぎる

中野 竹内 健美

ひとすじに我が身を賣めて八十年残る命を愛しみ生きた

石神 関 清人

## 俳句

島田 洋子 選

### 入選

柱立済みし大寺風香る  
葉桜の道に簪目しづかなり  
しつとりとしてひんやりと若葉かな

### 佳作

カタクリや別れの言葉告げられず  
遠雷や砂場に残る水鉄砲  
弧を描く虹の真下に町ひとつ  
蔵の壁映す小流れ粉ひたす  
一目散草月の風は山登る  
頼られることの嬉しく味噌仕入れ  
松の芯我ものびのび生きゆかん  
脇息のあらばと思ふ春愁  
水張られ広き田んぼに鴨一羽  
選者吟 飛魚や鳥になる夢半ばなり

須川 手塚喜代子  
北大手 中曾根和夫  
保谷 清水ゆき子  
中野 本木 せつ  
川辺町 北村登美子  
千曲町 神原 晴一  
常盤城 春原 征二  
上堀 工藤じゅん  
福田 田中優美子  
小泉 木村 シモ  
下房山 秋山千枝子  
小泉 田中 徳枝

## 川柳

臣川 南月 選

### 入選

新緑の中で汚れた腫を洗う  
鍊金に長けてる人にある孤独  
初めての孫の寝返りジジも真似

緑が丘一 倉持 巴  
国分 今尾志津子  
倉升 丸山 卓雄

### 佳作

母の日よあ父の日は忘れられ  
ヨン様のとりことなつた姥さくら  
年波に負けぬ気合いの一万歩  
切り札を握り過ぎると最後負け  
柿若葉ヒカビカ五月の陽を溜める  
三次会歌もお金も底をつき  
吾が姿鏡を見ては伸ばす腰  
氣を揉んだツバメの巣立ち安堵する  
風邪の咳電話の向う黙し居り  
選者吟 同居した嫁が明るい音を撒く  
九月号の投稿方法 はがきで上田市教育委員会まで  
住所 〒386-0005 天神一丁四一七四まで  
締切り 七月二日(金) 必着

中野 竹内 健美  
緑が丘北 小宮山町子  
仁古田 鈴木 昭二  
緑が丘三 樋口 美清  
富士山 西沢満智子  
中央西 小出 清己  
上常田 竜野 雅雄  
長島 松井 律子  
須川 手塚喜代子

## 訂正とお詫び

6月1日号川柳 鷺沢昭月さんの作品中「携持」を「携帯」に、  
短歌「小柳 萩原和代」さんを「小牧 萩原和代」さんに訂正しお詫びします。





## 全国的鉄人たちが集う

信州爆水RUN in 依田川

丸子の中央を流れる依田川と内村川を舞台に、毎年8月に開催されるマラソン大会「信州爆水RUN in 依田川」。真夏の清流を駆け抜けるこのレースに、全国から毎回たくさんの選手が参加し、体力の限界に挑もうとする健脚自慢のランナーで町は賑わいます。

大会には、タイムを競う「鉄人」と川と親しむ「ファミリーグループ」の2つのコースがあり、子供から年配の方までレースを楽しめます。夏休みの思い出に、あなたも挑戦してみてはいかがですか？



## 村民の「夏」

夏祭り・

花火大会・

川遊び

たけし

毎年8月12日から15日は恒例の夏祭りが開催されます。12日には花市。夜店が並びにぎわう人々の中で太鼓の演奏やおみこしが行われます。そして14日には納涼花火会。「ドカーン」と大きな音とともに夜空に大輪の花を咲かせます。期間中はマレットゴルフ場が無料開放されるほか、囲碁大会、ソフトテニス大会、ソフトボール大会も開催されます。帰省した皆さんも参加する「夏」。川遊びや山遊びも満喫し、静かな村はにぎわいます。



# 四つ葉の

# フケッチ

上田市 丸子町 真田町 武石村 共通企画

来年の春、私たちの住むまちが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

にぎわう



## Information

### ■上田市

#### 第34回 上田わっしょい

真夏の恒例行事「上田わっしょい」がやってきます。夕方からみこしが市街地に繰り出し、「わっしょい」の生演奏が始まると、祭の雰囲気も最高潮。太鼓の演奏や大玉送り、参加連の個性的な衣装も見どころです。皆さんのお越しをお待ちしています。

日 時 7月30日 (踊り開始 18:30 ~)

会 場 上田市中心商店街一帯

問合せ 上田市観光課 ☎ 23・5408

### ■真田町

#### 夢工房でそば打ち体験はいかが？

真田町の「ゆきむら夢工房」では、そば打ちや、パン、おやき作り、味噌仕込み、もちつきなどの体験ができます。団体での使用もできます。ふるさとの味を自分の手作りで体験してみてください。隣接する新鮮市では、地元産野菜の直売も毎日あります。

問合せ 真田町振興公社・ゆきむら夢工房 ☎ 72・0150

### ■武石村

#### 夏山登山参加者募集 重畳たる峰々の大パノラマ

この季節は最も登山に適した季節です。雪がとけ、一斉に芽吹く高原植物の花々を眺め、登る山。自然の大切さを感じます。そんな夏山登山の参加者を募集します。お気軽にお問い合わせください(定員になり次第、締め切らせていただきます)。

日 程 7月24日(日)

目的地 飯縄山(標高 1917.4 m)

定 員 20人 参加費 1,000円

問合せ 武石村中央公民館 ☎ 85・2030

### ■丸子町

#### 「第10回 信州爆水RUN in 依田川」参加者募集！

日 程 8月7日(日)

会 場 丸子町営総合グラウンド

コース 鉄人コース(約8kmのタイムトライアル制。中学生以上が対象、参加料1,800円)／ファミリー・グループコース(約3kmの指定時間制。小学生以上が対象、1グループ5人まで。参加料一人300円)

申込み 7月20日(水)までに事務局へ(当日受付なし)。インターネットでもお申し込みできます。詳しくはホームページ(<http://bakusui-run.hp.infoseek.co.jp/>)または下記へ。

問合せ 信州爆水RUN in 依田川実行委員会事務局 ☎ 43・2250

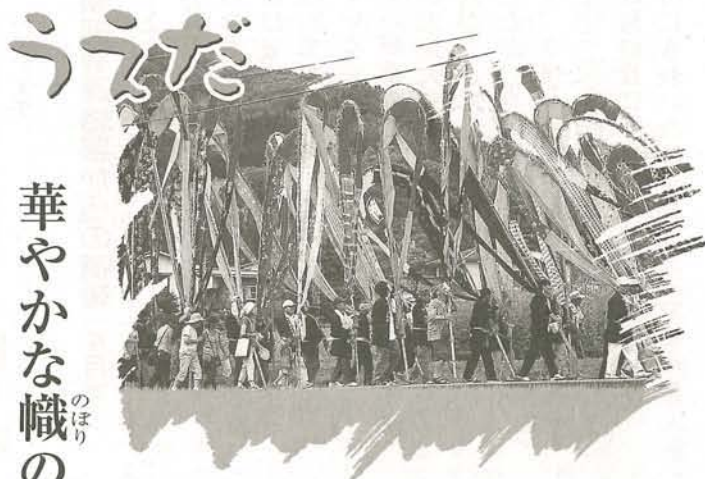
新市誕生まで、あと **248日**  
(平成17年7月1日現在)

## 間近に打ちあがる大輪の花火

真田まつり



目の前の神川河川敷から打ちあがる花火を、運動公園の芝生グラウンドから楽しむ人でにぎわうのは、真田まつりの最後を飾る大花火大会。  
NHKのドラマで真田太平記が放送された昭和60年から始まった真田まつり。以来、町民まつりとして親しまれてきました。  
21回目を迎える今年は、キヤクターショーや、みこし、ステージイベント、火縄銃の音などがとどろく真田鉄砲隊演武など盛りだくさんな内容で8月6日(土)に開催されます。



## 華やかな幟の列 岳の幟・別所温泉

室町時代の永正年間(16世紀初め)、かんぱつに悩まされた人々は、村の西側にそびえる夫神岳の山の神様に雨乞いの祈願をしたところ、恵みの雨が降り作物がよみがえりました。喜んだ村人はそのお礼に、山頂に祠を建て、毎年各家で織った布を奉納したのが始まりとされます。  
別所温泉の街なかを、地区の人々が大きな幟を担いで歩く様子はたいへん美しく、多くの観光客でにぎわいます。  
今年は7月17日(日)です。国の選択無形民俗文化財。



## 求む! 30秒の手づくりCM

### 第1回 上田CMコンテスト

上田のまちをテーマにした30秒CMを制作して、魅力をたくさんの人に伝えませんか?

◆応募できる方 どなたでも応募できます(学校・会社・団体などのグループでの応募も大歓迎)。

※ABN「ふるさとCM大賞」への応募作品は、このCMコンテスト参加作品から推薦します(ただし、市内在住・通勤・通学の方の作品のみ)。

◆テーマ 上田に関することならテーマ不問。

◆募集期間 7月1日(金)～9月14日(水)

◆応募用紙の入手方法

①上田市マルチメディア情報センターのホームページからダウンロードできます。

アドレス <http://www.umic.ueda.nagano.jp>

②市役所本庁舎1階総合案内窓口・上田創造館・市内6公民館、図書館、上田情報ライブラリー、キネマギャラリー・幻灯舎(松尾町)に備付けてあります。

◆応募形式 DV、VHS、DVD、βcam

◆講演会「CM作りはおもしろい」

日時 7月23日(土) 13:30～ ▶p.16 参照

◆CM編集講座 日時 7月24日(日) 10:00～15:00

受講料 3,000円 / 定員 20人 ▶p.16 参照



昨年のCM撮影の様子

◆セミナールーム貸出し 編集のためマルチメディア情報センターの編集機材が使用できます。

◆CM編集講座・セミナールーム申込み マルチメディア情報センター ☎ 39・1000 FAX 39・1010

◆審査会・表彰式

日時 9月25日(日) 13:30～16:00

会場 マルチメディア情報センター

◆表彰 優秀賞(一般・学校各1点)、奨励賞

◆作品の利用について

・全応募作品をマルチメディア情報センターホームページで10月から1年間公開します。

・優秀賞は「第5回ふるさとCM大賞」へ推薦 他

◆応募先・問合せ 〒386-8601 上田市大手1-11-16

上田市役所秘書課内 上田CMコンテスト実行委

員会事務局 ☎ 22・3435 FAX 23・5111

主催 上田市/協力 うえだ百勇士委員会しらせ隊

## 7月は「青少年の非行問題に取り組み全国強調月間」です

生涯学習課 ☎ 23・5104

青少年を取り巻く環境が著しく変化している中、「地域の子どもは、地域で育てる」という観念に立ち、地域の皆さん一人ひとりが子どもたちに温かい目を向け、青少年の非行防止にこの協力をお願いします。

また、月間中は少年補導委員さんを中心に、地域の皆さんと街頭補導や環境浄化チェック活動を行います。皆さんのご協力をお願いします。

※少年補導委員は自治会から推薦され地域で街頭補導、環境浄化活動を通して少年非行の防止・早期発見などに貢献しています。

### 街頭補導連絡票からの情報(4月)

～上田駅前周辺パトロール～

・表通りにはゴミもなく気になる少年もいなかったが、人目に付きにくい場所には吸い殻、空き缶、不純雑誌の投げ捨てが目立つ。今後、人目のつきにくいところの巡回も大切と思う。

・寒い駅前の巡回でした。たばこの後始末が大変多く、ポイ捨て禁止の条例ができて一時きれいな頃もありましたが、以前のままのように思えます。きまりをいくつ作っても、それを守ってくれる人の心が伴わなければ何の役にも立ちません。きれいな町にきれいな心を持つ人、マナーの

正しい人がたくさんいる町になることを願っています。

～新任の補導委員さんと一緒に～

旧役員さんに巡回場所を知るため同行していただきました。公園内は花見物の人波でかなりにぎやかでした。H書店の店員さんにお話を伺いましたが、相変わらず万引きはあるそうです。「いくら気をつけていてもなかなか減らない」とのことでした。

先輩の指導によりお店の訪問の仕方、巡回の方法、店主への状況確認や対応の仕方、声かけ等について指導をしていただきました。今日は特に問題はありませんでした。

・I大型店では平日のためか、小中学生は見えなかった。高校生ぐらいの子どもを見たがどこから来たの分からない。上田市ではないと思う。





# 任期付採用(育児休業代替)職員 「産院助産師・看護師」を募集

募集人数 1人  
 応募資格 昭和25年4月2日以降生まれで、助産師又は看護師の資格を有する人  
 就業期間 平成17年8月1日～平成19年9月30日(今年9月30日まで是非常勤職員として雇用)  
 就業場所 上田市産院  
 勤務時間 交代制勤務(夜間勤務あり)  
 給与 上田市給与条例により支給(非常勤職員の期間は日給制)  
 応募書類  
 ①履歴書(市販のもの、写真貼付)②80円切手貼付の白二重封筒(合否連絡用、あて名を記入)③助産師又は看護師免許証の写し  
 試験科目 教養試験、面接、作文、性格検査  
 本試験に応募できない人 日本国籍を有しない人、地方公務員法第16条の欠格条項に該当する人  
 試験日 7月20日(水)  
 申込期間 7月1日(金)～15日(金)  
 申込み 総務課 ☎22・4100  
 内線 1203

## あじさい祭り開催 観光課 ☎23・5408

会場 塩田の館一带  
 日時 7/16(土) 10:00～21:00・  
 7/17(日) 10:00～16:00



## パノラマ展望台ウォーキング 安曽望会事務局 ☎38・1115

開催日 7/17(日)  
 コース 生島足島神社駐車場9:00集合→パノラマ展望台11:00→前山寺・あじさい広場13:00(昼食は持参を)  
 ※パノラマ展望台では飲み物・冷たいきゅうり・トマト、そばすいとんなどがあります。

## 池波正太郎『夜の戦士』の 舞台を歩く写真展

池波正太郎真田太平記館 ☎28・7100  
 期間 7/9(土)～9/25(日)  
 休館日 水曜日・祝日の翌日  
 (8～10月は無休)

## 上田祇園祭の交通規制

【7月16日(土) 17:30～21:30】

◀子ども御輿 17:30～ 大人御輿 18:30～▶  
 ■問合せ先 上田市自治会連合会事務局  
 (☎22・4100 内線1359)



| 祇園祭交通規制 |      |
|---------|------|
|         | 規制区間 |
| ★       | トイレ  |

上田市では、昨年から施行された「上田市暴走族の根絶の推進に関する条例」により、市内の公共の場所では、暴走族名などを刺しゅうした衣服などを着用、座り込んだり円陣を組んだりして、他人に迷惑を及ぼす行為を禁止しています。

## 老人保健から各種申請のお知らせ

国保年金課 ☎22・4100 内線 1369

現在、75歳(一定の障害がある場合は65歳。ただし、障害の程度により制限あり)以上の方と昭和7年9月30日以前に生まれた方は、お医者さんにかかるときは老人保健で医療を受け、かかった費用の1割(一定以上の所得のある方は2割)を負担します。

この負担は、毎年8月1日に見直します。「2割負担」

から「1割負担」に変更できる対象者には、6月下旬に市役所から「基準収入額申請書」を郵送しましたので、必要事項を記入して、期日までに国保年金課窓口へ提出してください(郵送も可)。

医療費が高額になったとき、申請すると高額医療費として戻す場合があります。また、市民税非課税世帯の方が入院するときは、「限度額適用・標準負担額減額認定証」の申請をし、この証を病院に提示すると負担額が下がる場合もあります。詳しくは、国保年金課へお問い合わせください。

|        | こんな時                                    | 何を持って?                                           | どこへ?                             | いつまでに?                             |
|--------|-----------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|
| 申請のしかた | 「2割負担」を「1割負担」に変更できる場合<br>【基準収入額適用申請】    | ①「基準収入額適用申請書」(対象者と思われる方に郵送しました)／②老人保健法医療受給者証／③印鑑 | 国保年金課窓口<br>(郵送もできます)             | 7月14日(木)まで                         |
|        | 市民税非課税世帯の方が入院する時<br>【限度額適用・標準負担額減額認定申請】 | ①老人保健法医療受給者証<br>②保険証<br>③印鑑                      | 国保年金課窓口または各支所(支所で申請の場合、認定証は後日郵送) | いつでも申請できます                         |
|        | 医療費が高額になった時<br>【高額医療費支給申請】              | ①老人保健法医療受給者証<br>②保険証／③印鑑／④振込先口座番号がわかるもの          | 国保年金課窓口または各支所                    | いつでも申請できます<br>(1度申請してあれば、再度の申請は不要) |



## 各施設イベント案内

## Region Plaza 上田創造館

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

## ■びっくり☆さいえんす

鏡や光のふしぎ・消える5円玉など  
科学の不思議を体験。

日時 7月31日(日) 11:00～

参加料 無料

## ■文化講演会「音楽裏論」

日時 7月24日(日) 13:30～

定員 500人

入場料 無料

講師 神津善行さん

## ■星空コンサート

「わだゆきおと共に」

日時 7月8日(金) 19:00～

入場料 1,000円

定員 120人

※チケットは1階受付で6月1日(火)  
から販売。

## ■おりがみ教室(七夕飾り)

日時 7月23日(土) 10:00～12:00

参加料 300円(当日受付)

持ち物 作品を持ち帰る袋

## ■上田紬織物展

上田紬織物ができるまでの行程をパ  
ネル写真で紹介。期間中機織り体験  
ができます(当日会場で先着順受付)。  
機織り作品は後日郵送。

日時 7月27日(火)～29日(金)

9:00～16:00

入場料 無料

## ■蚕の飼育

蚕の幼虫が繭になるまでを観察して  
みませんか?

日時 7月27日(火)～

8月7日(日)(予定)

9:00～17:00

入場料 無料

## ■押し花作り

身近な花で、押し花のはがきやフィ  
ルム作品を作ります。

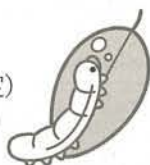
日時 7月9日(土) 9:00～11:00

参加料 無料

対象 小中学生とその保護者

定員 先着30人

申込み 7月7日(木)までに電話また  
はFAXでお申し込みください。



## ■花粉を調べてみよう

身近な植物の花粉の特徴を顕微鏡で  
調べ、デジタル顕微鏡を使って写真  
に記録します。

日時 7月30日(土) 9:00～10:30

参加料 無料

対象 小中学生とその保護者

定員 先着30人

申込み 7月27日(木)までにお電話  
またはFAXでお申し込みください。

## ■星空観望会

夏の星座や星を観察します。当日受  
付。直接会場へどうぞ。

日時 7月9日(土) 19:30～21:00

参加料 無料

## ■夏の星座と神話

夏の星座の見つけ方やたなばた伝説  
について学びます。当日受付。直接  
会場へお越しください。

日時 7月23日(土) 10:00～11:00

参加料 無料

定員 120人

## メディアランド UEDA

☎ 39・1000 / FAX 39・1010  
〒386-1211 下之郷 812-1

## ■ビデオ上映会

子ども向け優良作品を上映中。

時間 13:30～(約70～90分の  
上映を2回行います)

料金 無料

定員 200人(事前申込み不要)

・7/17(日)「スーホーの白い馬」ほか

・7/18(祝)「おおかみと七ひきの子  
やぎ」ほか

・毎週土曜日「新釈真田十勇士 上田  
城攻防」

## ■デジタルカメラ講座入門編

初めて使う方のために、パソコンに  
撮影した写真の取込方法などの基本  
から紹介します。

日時 7月16日(土) 13:30～16:00

対象 パソコン経験者

料金 1,500円

定員 16人(事前申込み)

## ■インターネット活用講座

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。

日時 7月21日(日) 13:30～16:30

対象 インターネット経験者

料金 2,000円

定員 16人(事前申込み)

■メディアランドキッズ・サマー  
スクール 2005

「君もアニメクリエイター」

開催期日 8月5日(金)～7日(日) 合計  
3日間(1日目は日帰り、2～3日  
目は1泊2日)

対象 小学生高学年～高校生

コース内容

【粘土アニメコース】定員15人

10～20秒間程度の粘土アニメ  
ーションを制作(終了後にVHS  
テープで配布)。

講師 十勇士クラブ

【デジタルアニメコース】定員5人

数秒～10秒間程度のデジタルア  
ニメーションを制作(終了後に  
VHSテープで配布)。

講師 作楽クリエイイト有限会社

参加費 1万円(指導料、宿泊費など)

申込み 郵便またはFAXで、氏名・  
性別・学校・学年・住所・電話番号・  
希望するコース・サマースクールへ  
の抱負・保護者の名前と印鑑、を記入  
してお送りください。

締切り 7月26日(火)必着

※希望者多数の場合は抽選です。

## ■講演会「CM作りは面白い」

CMはこうやって作られている、評  
判の良いCM、そうでないCMの違  
いは? CM作りのコツ伝授など、コマ  
ーシャル作りの実際をお話します。

日時 7月23日(土)

13:30～15:30

講師 上杉 健さん(CMプロデュー  
サー・電通テック・日本大学芸術学部  
講師)

入場料 無料

## ■上田CMコンテスト

「CM編集講座」

実際の映像を使って30秒CM制  
作のための編集方法を学びます。

▶14p 参照



## 国保・福祉

福祉医療費給付金を  
受けている皆さんへお知らせ福祉課医療給付係 ☎22・4100  
内線 1609 (南庁1階)■福祉医療費受給者証(緑色)が更新  
されます

7月31日で、お手元の受給者証が  
使えなくなります。現在、受給資格  
のある方は改めて手続きをする必要  
はありません。8月からの新しい受  
給者証は7月中旬に発送します。

## ■所得調査について

- ・現在受給資格のある方は、「受給資格認定申請書」を提出いただいた際の同意書に基づき、今年も所得調査を行いますのでご了承ください。
- ・平成16年分の所得について、申告又は報告がないと受給者証が送れない場合がありますので、まだ所得申告をされていない方は早めに手続きをしてください。

■福祉医療費給付金の受給対象者は、  
医療保険に加入していて、次の条  
件のいずれかに該当する方です

- 1 乳幼児(小学校入学前まで。ただし4歳以上は所得制限があります)
  - 2 障害者(心身に重い障害をお持ちの方。手帳等の等級により制限があります)
  - 3 母子家庭等(高等学校卒業までのお子さんがいる一人親世帯、又は両親がいない高等学校卒業までのお子さんがいる世帯)
  - 4 父子家庭(高等学校卒業までのお子さんがいる一人親世帯、所得制限があります)
  - 5 65～69歳の市民税非課税世帯の方
- ※古い受給者証は、平成17年7月受診分の振込みの確認が済みまして各自で処分してください。

国民年金保険料  
納付免除・猶予制度国保年金課国民年金係(本庁1階)  
☎22・4100 内線 1365・1366

国民年金保険料の納付が経済的な理由で困難な場合、保険料が免除される制度(申請免除)があります。免除には、全額免除と半額免除の二種

類あり、免除が承認される基準もそれぞれ異なります。

また、平成17年4月から30歳未満の方に対して申請のうえ承認されると納付が猶予になる若年者納付猶予制度ができました。

納付免除、若年者納付猶予は承認されると7月から翌年6月まで免除、納付猶予になります。この制度の適用を引き続き受けるためには、毎年申請が必要です。6月まで免除または納付猶予になっていた方も早めに申請してください。

20歳以上の学生の方には、申請して承認されると納付が猶予される学生納付特例制度があり、4月から翌年3月までが対象期間で毎年申請が必要です。

## ■申請に必要なもの

- ・納付免除・納付猶予の場合…印鑑・年金手帳(失業を理由に免除を申請したい方は、離職票や雇用保険受給資格者証など)
- ・学生納付特例制度の場合…印鑑・年金手帳・学生証または学生であることを証明するもの

## ■手続窓口

国保年金課、市役所各支所

子ども文化祭  
文化少年団  
参加団体募集

上田市に文化少年団が設立されました。文化少年団は他市に先駆けて子どもの文化活動に積極的な団体が集まって設立された、子どもの文化活動の振興をめざす団体です。毎年恒例の「子ども文化祭」を今年も行います。文化少年団のみんなと一緒に子ども文化祭で発表してみませんか。また、文化少年団の仲間として一緒に活動する団体も募集しています。

【対象】上田市、丸子町、真田町、武石村の子ども文化活動を行っている団体  
【募集期間】「文化少年団」……随時  
「子ども文化祭」……8月1日(月)まで

【子ども文化祭開催日】平成18年2月19日(日)  
【問合せ】教育委員会文化振興課内  
(文化少年団事務局) ☎23・5102

## 第4回

## さわやか高原ウォーキング参加者募集

【日時】7月24日(日)8:00スタート(受付7:30)・開会式7:45

【場所】湯の丸高原ロッジ「花紋」前

【コース】ロッジ花紋前→池の高原湿原(自由散策)→池の平駐車場→ゴール(14:00)

【参加料】小中学生500円、一般1000円  
【持ち物】昼食、飲み物、雨具、帽子、タオル、長袖シャツ等

【申込み】上田ウォーキング協会 ☎35・0246

(上田スター商會内・当日受付も可)

【その他】参加賞あり



## あおやぎ眼科

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・網膜剥離術・硝子体切除術・眼瞼内反症・眼瞼下垂症等)

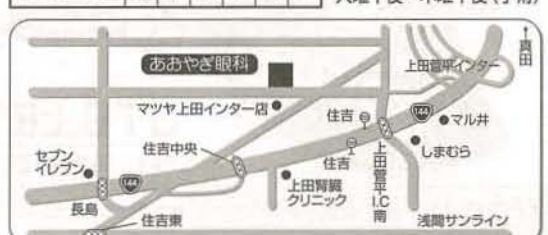
〒386-0002 上田市住吉577  
(マツヤ上田インター店前)

TEL.0268(28)6688

| 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)





## スポーツ教室受講者募集

体育課 ☎ 23・5105

## 【女性ナイターソフトボール教室】

期日 8月23日～10月25日

火曜日 10回

時間 19:30～21:00

会場 北小学校グラウンド

対象 市内在住・在勤者（学生除く）

定員 30人

受講料 2,000円

受付 7月4日(月)～8月8日(月)

申込み 参加料を添えて体育課へ

## お知らせ

上田市収納代理金融機関  
住所変更

財政課 ☎ 23・5113(本庁3階)

上田市収納代理金融機関の長野県信用組合上田支店の所在地が、7月19日付で下記のとおり変更されます。

所在地

|   |                |
|---|----------------|
| 旧 | 上田市中央二丁目12番15号 |
| 新 | 上田市常田二丁目36番1号  |

## ガードレールの金属片を見つけたら

管理課 ☎ 23・5125(本庁4階)

土木課 ☎ 23・8242(本庁4階)

全国的にガードレールの金属片付着問題が発生している中で、先日一斉点検を行なったところ、上田市内でも金属片が発見されました。

市では、道路における市民の通行の安全を確保するため、道路パトロールを行なっておりますが、十分注意をして通行をお願いします。

また、通勤や散歩途中等にガードレールの金属片を発見した場合は、管理課・土木課へ至急ご連絡ください。

## 悪質商法に気を付けましょう

生活環境課 ☎ 23・5120(本庁1階)

市内でも多様な消費者トラブルが増加しています。

架空請求、不当請求、悪質商法、ヤミ金融や言葉巧みな勧誘に十分ご注意ください。

振込依頼や請求・督促ハガキについて身に覚えのない請求は支払う必要はありません。

点検や訪問販売については相手や契約内容を確認しましょう。

電話勧誘も安易に相手の話に興味を示さないようにしましょう。

不安な場合は、上田消費生活センター(☎ 27・8517)または生活環境課市民相談室(☎ 22・4110 内線1391)にご相談ください。



## 市税の夜間・休日窓口開設

収税課 ☎ 23・5117(本庁1階)

税金は、住みよいまちづくりのための貴重な財源です。

市では、市税納付のために夜間・休日窓口を開設します。

市税をまだ納付されていない方、平日の昼間に納付や相談のため窓口に来られない方は、この機会をぜひご利用ください。

**夜間窓口** 7月28日(休)・29日(金)の19:30まで

**休日窓口** 7月30日(土)・31日(日)8:30～17:15まで

**場所** 本庁舎1階収税課窓口

**その他** 平日の18:30以降と休日は市役所西側の通用口をご利用ください。

## 証明書発行業務の休止のお知らせ

情報推進課 ☎ 23・8241(南庁4階)

住民票等自動交付機(市役所、創造館及び上田情報ライブラリー)の証明書発行業務が、システム保守のため休止します。ご不便をおかけしますが何卒ご了承ください。

**休止期間** 7月16日(土)～17日(日)

## 「清明おやこぶらざ」開設

子ども教育課 ☎ 23・5101(教委1階)

親子でお互いに交流したり、遊べる場所です！

これまで「清明つどいの広場」(民生児童委員協議会主任児童委員部会主催)は毎週水・木・金に未就園の親子のための遊びの広場として開かれていましたが、6月から月・火も開放し、「つどいの広場」も含め「清明おやこぶらざ」として平日の午前はいつでも利用できるようになりました。どうぞご利用ください。

**場所** 清明こども館2階(清明小学校北側の校舎)

**利用時間** 月～金 10:00～12:00

## 介護

城下在宅介護支援センターが  
開所

☎ 22・2360

在宅介護に関して気軽に専門家に相談できますので、ご利用ください。

**場所** 介護老人保健施設御所苑内  
(上田市大字御所666番地)

**相談内容** 高齢者の福祉や介護に関する相談、サービスを利用する際の手続き代行、介護用品の展示、使い方の説明など

**相談料** 無料

JTB史上最高の夏旅がやってくる!

今年、JTBはなつたび王

家族にうれしい  
スペシャル夏休み!  
みんなでレッツGO!

**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

7/2日 南知多温泉「源氏鶏」キャンペーン  
当日ご旅行お申し込みの方に抽選会実施!!

〈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

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〉



## 講座・教室

平成17年度  
親子歴史体験教室開催予定

信濃国分寺資料館 ☎27・8706

| 回  | 期 日                      | 内 容                     |
|----|--------------------------|-------------------------|
| 1  | 7月31日(日)<br>13:30～16:00  | 黒曜石の矢じりや<br>ペンダントを作ろう   |
| 2  | 8月1日(月)<br>13:30～16:00   | 縄文土器や<br>土ぐうを作ろう        |
| 3  | 8月5日(金)<br>9:00～16:30    | 塩尻市の平出遺跡や<br>博物館などの見学   |
| 4  | 8月8日(月)<br>13:30～16:00   | 弥生時代のカメや<br>巴形銅器を作ろう    |
| 5  | 8月20日(土)<br>13:30～16:00  | 人物や動物などの<br>埴輪を作ろう      |
| 6  | 8月27日(土)<br>13:30～16:00  | 古代の文字を学んで<br>書いてみよう     |
| 7  | 10月23日(日)<br>13:30～15:30 | 国宝の八角三重塔を<br>学ぼう(中学生以上) |
| 8  | 10月29日(土)<br>13:30～15:30 | 信濃国分寺跡や東山<br>道推定路を歩こう   |
| 9  | 11月12日(土)<br>9:00～12:00  | 奈良時代の国分寺の<br>軒丸瓦を作ろう    |
| 10 | 11月19日(土)<br>13:30～15:30 | 博物館や上田城を<br>探検しよう       |

会場 信濃国分寺資料館ほか

対象 小・中学生とその保護者

募集人員 30名

参加費 各回ごとに1人100円

申込み 電話で資料館へ

## 「親子ふれあい料理教室」

農林課 ☎23・5122

日時 8月6日(土)9:30～13:00(予定)

会場 上野が丘公民館 料理室

内容 おいしいおやき作り、試食

募集人員 親子15組(小学生まで)

参加料 1組300円

持ち物 エプロン、三角巾、子どもの上履き

申込み 7月25日(月)までに電話で  
農林課へ女(ひと)と男(ひと)さんかく講座  
—パートナーと素敵に  
生きるための講座—

市民プラザ・ゆう ☎27・2988

男女の性の健康と自立についていっ  
しょに考える講座です。

| 日 時                     | 内 容                                      |
|-------------------------|------------------------------------------|
| 7月14日(木)<br>13:30～15:00 | 何が暴力?…<br>考えてみませんか…                      |
| 7月21日(木)<br>13:30～15:00 | 健康に保ちたい<br>自分の性…                         |
| 7月28日(木)<br>13:30～15:00 | パートナーと素敵な生活<br>を送るために…(介護の<br>現在から見えるもの) |

対象 上田市在住か在勤の方

受講料 600円

申込み 7月5日(火) 9:00から市  
民プラザ・ゆうへ電話申込み

定員 20人

再就職支援のための講座  
—自分らしく生きるために—

市民プラザ・ゆう ☎27・2988

女性の働き方の多様性について学び、  
再就職や新たな働き方を模索するた  
めの講座です。

| 日 時                     | 内 容                        |
|-------------------------|----------------------------|
| 7月12日(火)<br>10:00～12:00 | 夢をかなえる再就職                  |
| 7月22日(金)<br>10:00～12:00 | 在宅ワークでちからを発揮               |
| 8月2日(火)<br>9:30～12:00   | 趣味を生かして起業にチ<br>ャレンジ(パンづくり) |

対象 現在子育て中で再就職を考え  
ているお母さん受講料 600円(パンづくりは後で  
実費徴収)申込み 7月5日(火) 9:00から市  
民プラザ・ゆうへ電話申込み

定員 16人

託児 1歳半から就学前(要申込み)

## ス ポ ー ツ

## 上田市民水泳記録会

体育課 ☎23・5105(教委1階)

日時 8月21日(日)

8:30～13:30(予定)

会場 自然運動公園プール

対象 市内在住・在勤・在学の方

種目 自由形、平泳ぎ、バタフライ、背  
泳ぎ(中学生の部・高校生の部は50  
m・100m、その他は50m)200m  
リレー(小学生、中学生、高校生、一般)  
部門 ①小学生低学年②小学4年③  
小学5年④小学6年⑤中学生⑥高校  
生⑦30歳未満⑧30歳以上⑨40  
歳以上⑩50歳以上⑪60歳以上・エントリーは1人2種目まで。そ  
の他にリレーに出場できます。・年齢は平成17年8月21日現在  
の年齢とします。

参加料 一人500円(保険代含む)

申込方法 7月25日(月)までに参加  
料を添えて体育課まで

\*小学生は各学校で受け付けます。

平成17年度学校体育施設開放利  
用団体の追加登録を受け付けます

体育課 ☎23・5105(教委1階)

対象 成人指導者のいる団体他

登録 体育課備え付けの登録用紙に  
必要事項を記入し、7月11日(月)以  
降の受付(先着順)となります。

| 利用できる施設                                   | 利用できる日時                                                               |
|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| 体育館：清明・西・<br>北・城下・神科・東<br>塩田・浦里・川西<br>小学校 | 7月11日～31日は<br>18:30～21:00<br>8月1日～3月31日<br>は18:00～21:00<br>日・祝・年末年始除く |
| グラウンド：南小学<br>校・第一・塩田・<br>第六中学校            | 7月11日～10月<br>31日<br>18:30～21:00                                       |

※空き状況は体育課へご確認

## 夏の体験入学 申し込み受付中!

参加者全員にオリジナルグッズをプレゼント! お申し込みはHPにアクセス  
<http://www.nagano-iryouseisei.ac.jp> (携帯からもOK)

●言語聴覚士学科 7/2± 7/26火 13:00～15:00

心理テスト・聞こえの検査 etc  
※検査結果差し上げます

●音楽療法士学科 7/2± 7/26火 13:00～15:00

「時代が求めている音楽療法って何?」  
ミニコンサート・楽器紹介 etc

●歯科衛生士学科 7/31日 9/10± 10:00～12:30

ブラッシング指導・ユニット体験  
スケーリング etc学校法人 成田会 厚生労働大臣指定  
**長野医療衛生専門学校**

〒386-0012

長野県上田市中央2-13-27 (JR上田駅より徒歩5分)

Tel: 0268-23-3800 Fax: 0268-25-5719



## 募 集

2005 信州ねりんピック  
高齢者作品展作品募集

高齢者介護課 ☎23・5131(南庁1階)

**対象** 60歳以上のアマチュアの方  
**部門** 日本画、洋画、彫刻、手工芸、書、写真  
**申込締切** 8月1日(月)  
**申込方法** 所定の出品票(高齢者介護課にあります)に必要事項を記入し、お申し込みください。  
**募集案内**(出品票)請求・申込み先 高齢者介護課(☎23・5131)  
**問合せ** 財団法人長野県長寿社会開発センター(☎026・226・3741)

## 催 し

中国寧波市との友好交流提携  
10周年記念式典・歓迎会に参加を

秘書課 ☎22・3435 ☎23・5111

**日時** 7月23日(土)  
**記念式典** 17:30～  
**歓迎会** 19:00～  
**場所** 上田高砂殿  
**定員** 50人(応募多数の場合抽選)  
**歓迎会参加費** 6,000円  
**申込み** はがき又はFAXで、住所、氏名、年齢、電話番号を明記して、7月13日(火)までに 〒386-8601 上田市大手1-11-16 上田市役所秘書課内実行委員会事務局へ

上小地区小・中・高等学校  
教科書展示会のお知らせ

上小教科書センター ☎23・1151

**日時** 7月4日(月)～22日(金)  
 9:00～17:00(土日祝日は休館)  
**会場** 小県上田教育会館内「上小教

科書センター」(大手2-7-13)

2005 上田地域総合産業展  
出展者募集

上田商工会議所 ☎22・4500

**締切日** 7月29日(金)  
**内容** 10月21日(金)22日(土)に「2005 上田地域総合産業展」を開催します。上田市・東御市・丸子町・真田町・武石村の元気印企業が集結。さらに今年は坂城町との連携を図っていきます。新しいビジネスチャンスに挑戦してみませんか。皆さんの出展をお待ちしています。

## 講座・教室

小学生のみんな集まれ！  
「こどもごみ探検隊」へ

廃棄物対策課 ☎22・0666

**日時** 8月1日(月) 8:40～15:30  
**集合場所** エコ・ハウス(上田クリーンセンター内)  
**内容** 環境にやさしい「エコクッキング」や、市内リサイクル施設・ごみ処理施設の見学等  
**対象** 小学校4～6年生  
**定員** 20人(応募多数の場合抽選)  
**参加費** 300円  
**持ち物** 筆記用具  
**申込み** 7月20日(火)までに廃棄物対策課へ

## 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** 7月19日(火)・25日(月)の2回コース 10:00～15:00  
**参加費** 130円  
**定員** 15人  
**【さき織り教室】**

織り機の説明会 7月12日(火) 10:00～12:00

持ち物 不用な着物

参加費 600円

定員 18人

【ジーンズからトートバッグ作り】

日時 7月14日(水)・21日(水) 10:00～15:00

持ち物 着古したジーンズ、裁縫道具、型紙用紙

参加費 100円

定員 10人

上田のまちの温暖化をさぐる  
—子どもたちと気温を測ってみよう—  
—みどりの効果を考える—

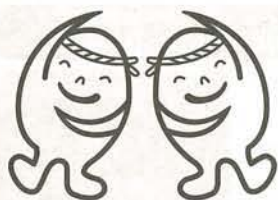
中央公民館 ☎22・0760 ☎22・1633

**日時** 7月24日(日) 13:30～16:00  
**集合** 中央公民館  
**解散** グリーンベルト「染屋の森」  
**内容** まちを歩きながら温度を測定し、まちを涼しくする方法と一緒に考えましょう  
**定員** 先着30人(小学生以上)  
**参加料** 150円(保険料込)  
**持ち物** リュック、筆記用具、帽子、飲み物、タオル、雨具、  
**申込み** 郵便番号・住所・氏名・電話番号を明記の上、中央公民館へ申し込んでください(FAX・電話可)

## 夏休み野外教室

上野が丘公民館 ☎24・0659

**日時** 8月3日(火) 8:50～15:30  
**内容** 川の魚や虫から川のようすを教えてもらおう。  
**対象** 小学4年生～6年生  
**定員** 先着20人  
**参加料** 100円(資料・保険代)  
**申込み** 7月22日(金)までに上野が丘公民館へ  
**持ち物** 昼食  
**その他** 保護者の参加もできます。



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

JQA-EM3051

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



山崎 富三 山口 78  
石川 富美子 大屋 72  
松倉 たい子 下紺屋町 57  
池田 睦雄 神畑 93  
山崎 ひで子 千曲町 74  
工藤 薫 下組 93  
白鳥 文雄 上室賀 81  
宮入 八樹 下之郷 86  
小林 菊枝 上原町 89  
渡邊 みつぎ 下之条 79  
飯田 保壽 笹井 84  
岡森 けさの 平井寺 91  
中曾 根加代 神科新屋 41

(5月届出分・敬称略)

ごめい福と  
お祈りします

石井 眞一 諏訪形 78  
児玉 安友 西前山 76  
菊池 和幸 小泉 52  
田中 豊 西脇 84  
宮島 賢二 桜台 74  
清水 和茂 下之条 63  
澤 トシ子 上原町 73  
中島 静衛 秋和 94  
宮澤 たづ子 馬場町 93  
宮崎 ひさえ 小泉 87  
花岡 よし江 上鍛冶町 91  
小田 中 勇 伊勢山 73  
荒井 善治郎 川辺町 82  
上原 とき子 小泉 82  
雨宮 衛一 下紺屋町 96  
後藤 たけの 築地 87  
青木 仁 大湯 72  
川上 かづみ 染屋 85  
小林 孝明 踏入 78

宮澤 いく子 中之条 93  
高瀬 よし子 大屋 58  
宮沢 邦房 神畑 84  
児玉 秀夫 下之郷 63  
土屋 孝夫 新田 87  
林 孝太 平井寺 64  
西戸 賢太 諏訪形 94  
堀田 直 上本郷 68  
堀持 壽榮 末広町 77  
田中 藤子 中之条 100  
大久保 みつ子 下原町 85  
鈴木 明美 新田 60  
大井 勝雄 伊勢山 63  
清水 優 北大手町 88  
柳澤 房江 福田 80  
長峯 悦子 ひばりヶ丘 50  
村西 嘉市 諏訪形 74  
竹折 現一郎 中村 76  
安藤 亮 十人 89

山崎 春之 川辺町 85  
竹内 満留美 仁古田 94  
濱村 千代子 新田 85  
生田 茂子 新田 92  
薮 うめ 下室賀 84  
小林 勘亮 小泉 89  
中村 萬亀男 伊勢山 77  
松林 袈裟信 野竹 78  
浅川 茂 下組 81  
宮原 大典 柳沢 84  
中嶋 正清 下堀 81  
山邊 保男 踏入 89  
岡本 ふみ 下組 88  
唐木 田昭男 塩田新町 78  
新津 彬 踏入 75  
龍野 貞子 城北 73  
水沢 多喜男 仁古田 87

## 施設を見る会へお越しください

秘書課 ☎22・3435 FAX23・5111

日時 8月9日(火) 10:00～16:30

集合場所 市民体育館前駐車場

コース 美穂ヶ池市民緑地公園→信州稲倉の棚田  
→市民の森馬術場→上野が丘公民館(ハーブを使  
った手作り石鹸体験)→うえだ食彩館

定員 25人(応募者多数の場合は抽選)

申込み 7月29日(金)までに「はがき」または「FA  
X」で、必要事項①氏名②電話番号③郵便番号④  
住所)を記入し、〒386-8601 上田市役所秘書課内  
「施設を見る会」へお申し込みください。グループ  
で申し込まれる場合は、参加人数と代表者の方の  
必要事項を記入してください。

参加費 300円(上野が丘公民館講座受講料と保険料)  
昼食 参加者持参



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

31

絵手紙を通して地域の高齢者の方々と心のふれ  
あいをはかろうと開催した社協の講座をきっかけ  
に出来たグループを紹介します。

会員  
募集中!

### 絵手紙サークルひまわり

例会日 毎月第2火曜日 10:00～12:00

この会は、年6回一人暮らしの高齢者や高齢者世帯  
の皆さん33人へ、季節感と心のこもった一言を添え  
た絵手紙を送り続けて6年目になります(会員17人)。

「いつ頃からか恋人にお会いするような心境にな  
り、入手するとうれしくて枕下に置いて愉しんでいま  
す」、「つゆ草、ほおずき、柿… 幼い時親しんだ物  
ばかり。なつかしく子供時代をしのんでいます」



など、人生の大先輩からのお返事に、  
かえって会員の方が心なごみ、お会いしたい想いが  
募ります。皆さんの声を励みにほのぼのとした心の  
交流が続いています。また、精神障害者通所施設利  
用者が作成する紙パックのリサイクルはがきの継続  
使用により、経済支援と環境保護をめざしています。

### 【絵手紙講習会】

9月20日(火) 10:00～12:00 / ふれあい福祉センター

■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



## 日本脳炎予防接種の一時中止について

市では、国の通達を受け、日本脳炎の予防接種を5月31日以降は一時中止しています。これは、厚生労働省が現行の日本脳炎ワクチンの使用と重症のADEM（急性散在性脳脊髄炎）との因果関係を否定できないと判断したためです。

### ◆接種中止となる対象者

第1期（3歳～7歳半未満）、第2期（小学4年生）、第3期（中学3年生）

### ◆中止期間

5月31日（火）から接種勧奨が再開されるまで

### ◆ADEM（急性散在性脳脊髄炎）とは

ウイルスの感染後あるいはワクチン接種後、極めてまれに発生する脳神経系の病気です。ワクチン接種後の場合は、通常接種後数日から2週間程度で発熱、頭痛、けいれん、運動障害等の症状があらわれます。現在、日本脳炎ワクチンは、製造の過程で微量ながらマウスの脳

組織成分が混入する可能性があり、この成分によってADEMが起こる可能性が否定できないとされています。

### ◆日本脳炎の発生状況

日本脳炎は、日本脳炎ウイルスを媒介する蚊に刺されることで発症します。最近では年数人程度で、1970年代以降患者数は著しく減少しています。対象の年齢で予防接種を受けていない、規定回数を接種していない場合でも、日本脳炎に感染し発症することは極めてまれです。

### ◆予防のための注意点

日本脳炎は、豚などの動物の体内でウイルスが増殖された後、その豚を刺した蚊がヒトを刺すことによって感染するため、ヒトからヒトへの感染はありません。また、全ての蚊がウイルスを持っています。念のため戸外に出るときには、できる限り長袖・長ズボンを身に付ける等、日本脳炎ウイルスを媒介する蚊に刺されないように注意することをお勧めします。

### ◆その他

日本脳炎の流行地へ渡航する場合等については、健康推進課へご相談ください。

## 平成17年度の介護保険料納付が始まります

高齢者介護課 ☎23・6246

7月から、口座振替や納付書で納める65才以上の方の納付が始まります。納め忘れのないよう、納期限までに納付してください。なお、保険料を滞納すると、介護サービスが制限される場合があります。

### ◆平成17年度の介護保険料

65歳以上の方の保険料は、前年の所得などに応じて5区分に決定されます。

### ◆介護保険料（年額）

| 区分 | 対 象 者                                         | 保険料額     |
|----|-----------------------------------------------|----------|
| 1  | ・生活保護を受けている方<br>・老齢福祉年金受給者であって世帯全員が市町村民税非課税の方 | 18,600 円 |
| 2  | ・世帯全員が市町村民税非課税の方                              | 27,900 円 |
| 3  | ・本人が市町村民税非課税の方                                | 37,200 円 |
| 4  | ・本人が市町村民税課税で、合計所得金額が200万円未満の方                 | 46,500 円 |
| 5  | ・本人が市町村民税課税で、合計所得金額が200万円以上の方                 | 55,800 円 |

### ◆保険料軽減・減免について

保険料が第2区分（27,900円）で特に収入が少ない

方は第1区分（18,600円）への軽減を行います。該当する方は申請してください。

### ▽対象者

（①～⑤全てに該当する方）

- ①保険料区分が第2区分
- ②前年の年間収入が世帯員1人につき48万円以下（遺族年金または障害年金を受給していない）
- ③高齢者（被保険者）のみの世帯
- ④同一敷地内に親族が居住していない
- ⑤養護老人ホームに入所していない

### ▽申請と軽減期間

- ①7月11日（月）から9月30日（金）までに申請した場合…当初月（4月）から軽減
- ②10月以降に申請があった場合…申請があった月から軽減

### ▽申請場所

市役所南庁舎1階高齢者介護課、豊殿・塩田・川西支所

### ▽申請に必要な書類

- ①「介護保険料軽減申請書」（高齢者介護課、支所、在宅介護支援センターにあります）
- ②「年金支払通知書（はがき）の写し」…年金受給者の方

※災害等特別な事情がある場合には、保険料が減免される場合がありますので、高齢者介護課までご相談ください。





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～



## 子育て広場で 笑顔をかかわして親子体操！

問合せ：下記の公民館へ

市民健康づくりアンケートの【乳幼児期の子を持つ親の願い】では「人と仲良く」「思いやりのある子に」「あいさつができるのびのびした子に」「愛情豊かな子に」・・・とたくさんの声をいただきました。

こうした親の思いは、親子のふれあいや家族、友達、地域との交流やあそびを通して育まれていくのではないのでしょうか。そんな安心して楽しんで子育てをするための支援の場として市内6つの公民館では、乳幼児期の親子を対象に子育て広場を開設しています。

### 今月のチャレンジ

#### 出かけてみよう。ふれあい求めて子育て広場



「親子ふれあい広場」中央公民館

します。予約なしで参加できますので気軽にお出かけください。保険料、材料費がかかりますので、事前に各公民館に照会ください。

この広場は、親子あるいは祖父母と孫など乳幼児と保護者の組み合わせで自由に参加できます。そこでは、遊びやレク、お話、伝統行事などをネットワークカーさん（保育士有資格者など）の指導や援助による交流広場です。

昼間、親子だけで過ごしている方、友達の欲しい方など歓迎いた



「親子すくすく広場」城南公民館

### 今日の健康づくり事業

今月は、「ひと・まち げんき 健康うえだ21」のテーマソングに合わせて上田女子短期大学の先生方に新たに創作していただいた親子健康体操を広場の中で取り入れます。

#### 7月の子育て広場の開設予定

|                     |                    |
|---------------------|--------------------|
| 中央公民館 (☎ 22・0760)   | 23日(土) 10:00～12:00 |
| 上野が丘公民館 (☎ 24・0659) | 11日(月) 9:30～11:30  |
| 西部公民館 (☎ 27・7544)   | 25日(月) 10:00～12:00 |
| 城南公民館 (☎ 27・7618)   | 19日(火) 10:00～12:00 |
| 塩田公民館 (☎ 38・6883)   | 11日(月) 10:00～12:00 |
| 川西公民館 (☎ 22・5004)   | 11日(月) 10:00～11:30 |

なお、中央公民館の会場では、当日小・中学生の保育ボランティアも参加します。



# 上田ジャズフェスティバル UEDA JAZZ FESTIVAL 2005

【日時】 8月5日(金) 16:00 ~  
8月6日(土)・7日(日) 15:00 ~  
【会場】 上田城跡公園尼が淵広場 (入場無料)  
【出演】 SOIL & "PIMP" SESSIONS  
犬式 (a.k.a. Doggystyle)  
Keyco  
Copa Salvo  
椎名純平 & Vibrations  
Cro-Magnon  
jp3  
Big Hip Band  
blissed (ex. Boogaloo Bash!)  
Nirush  
カミナリグモ  
マウンテンチャカクラブ  
K.M. Jazzoo (蓼科高校ジャズクラブ OB)  
蓼科高校ジャズクラブ

■問合せ

☎ 25・6333 / E-mail: [info@uedajazz.com](mailto:info@uedajazz.com)  
URL: [www.uedajazz.com](http://www.uedajazz.com)



SOIL & "PIMP" SESSIONS



Keyco



犬式



椎名純平



第9回

## 上田城跡能

【日時】 8月25日(木) 18:00 (開場 17:30)  
【会場】 上田市民会館

■番組 能 「熊 野」…観世喜正さんほか  
狂言「棒 縛」…野村萬斎さんほか  
能 「一角仙人」…観世恭秀さんほか

■鑑賞券 前売券 (全席指定)  
A席 3,500円、B席 3,000円、

■発売開始 7月12日(火)

■販売場所 教育委員会、市内6公民館、  
市民会館、琴光堂

■問合せ 教育委員会文化振興課内  
「上田薪能を観る会」事務局 ☎ 23・5102

平成17年7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/>

うへだ

No.1418

生活便利帳のURL情報が  
2次元コード化されていま  
す。対応の携帯電話で読  
み取れない場合は、次の  
URLを入力してください。



●生活便利帳  
<http://benri.umic.jp/>