

上田市・丸子町・真田町・武石村 合併協定書調印式



新生「上田市」へ 合併協定書に調印

左から箱山好猷^{よし のり}真田町長、母袋創一^{ははふく せういち}上田市長、
堀内憲明^{のりあき}丸子町長、下村 聖^{せい}武石村長

CONTENTS 主な内容

市のバランスシートと行政コスト計算書……	P.4
ようこそ私たちの学校へ……	P.6
上田キネマ館……	P.7
家庭の日の作文……	P.10
花の種銀行……	P.13
お知らせ……	P.16
保健ガイド……	P.22



表紙の風景

新「上田市」誕生に向けて大きく前進——2月18日(金)、合併協定調印式が行われ、多くの関係者が見守る中、上田市・丸子町・真田町・武石村4市町村長により合併協定書へ調印がされました。出席した母袋市長、堀内憲明丸子町長、箱山好猷真田町長、下村聖武石村長の4人が固く握手を交わし、平成18年3月6日の新「上田市」誕生を目指して決意を新たにしました。

新市の「白いキャンパス」に絵を描くのは、皆さん一人ひとりです。

※関連記事…p.6「市長のほっとレター」

3

.1

弥生

やよい

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 (2月1日現在)

人口	122,065人(－69)
男	59,897人(－22)
女	62,168人(－47)
世帯数	46,555戸(＋23)
外国人登録者数	4,844人(＋48)
男	2,449人(＋20)
女	2,395人(＋28)

※()内は前月比

3月8日～22日

行事・イベントカレンダー

3

8(火)

9(水) 写友まゆ写真展▶p.16

10(木) 県営住宅入居者募集締切り▶p.12

11(金) 電話加入権公売▶p.12

12(土) ドラッグカーをつくろう!▶p.16

農地何でも相談会(～19日)▶p.18

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)

おりがみ教室▶p.16

やすらぎセミナー▶p.19

講演会「市民と協働の図書館づくり」▶p.16

ビデオ上映会▶p.16

13(日) パソコン相談室▶p.16

講座「城下町上田の小さな歴史」▶p.16

ビデオ上映会▶p.16

「夜回り先生」水谷修さん講演会▶p.18

14(月) 子育て応援講座▶p.19

上田市地域振興事業団職員募集締切り▶p.19

15(火) 市県民税の申告受付締切り▶p.17

16(水)

17(木) わくわく講座▶p.19

上級防火管理者講習会▶p.19

18(金)

19(土) 体育施設使用申込み受付開始▶p.12

おりがみ展▶p.16

上田萬画大学「春休み萬画セミナー」▶p.16

ウィークエンドリサイクル(10:00～12:00/やおふく古里店・Aコープコア塩田店)

粗大ごみの回収(10:00～12:00/クリーンセンター駐車場)

ビデオ上映会▶p.16

うえだ演劇体験プログラム・天然工房上田公演▶p.20

二木てるみ・リーディングライブ▶p.16

20(日) 春分の日

斉藤隆夫絵本原画展▶p.20

講座「城下町上田の小さな歴史」▶p.16

21(月) 振替休日

うえだ演劇体験プログラム・ワークショップ▶p.20

22(火) 臨時窓口開設▶p.14

わくわく講座▶p.19

市のホームページが新しくなりました!! 情報推進課 ☎23・8241

●上田市公式ホームページ

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

3月1日に、内容やデザインを一新しました。これからも、内容を充実させ、だれにでも分かりやすく、使いやすいホームページづくりに取り組んでいきます。市民の皆さんのご意見をお待ちしています。

※ご意見はこちらへ ➡ mail: webmaster@city.ueda.nagano.jp



まるまど号で豆まきに行こう 2/3

2月3日は節分。この日、北向観音の節分会に参加するため、砂川啓介さん・大山のぶ代さん夫妻、元横綱「千代の富士」九重親方をはじめとする著名人や市長などの有志が、上田駅から「別所線まるまど号」に乗車。車内では、乗り合わせた乗客の皆さんからサインをお願いされると気軽に応じたりしながら、楽しい雰囲気の中で別所温泉駅までの30分を楽しみました。



健康づくり懇談会 2/4

信州大学医学部教授の能勢博さん・木村貞治さんをお招きして、「健康づくり懇談会」が市役所で開かれました。懇談会には、医療関係者、民間施設の関係者、市町村の健康づくり担当者など120人が参加し、健康づくりの先進事例についての講演を聞きました。



フロアホッケーのアスリートが抱負 2/16

2月26日から3月5日まで長野市などで行われる、スペシャルオリンピックス冬季世界大会のフロアホッケー競技に市内から出場する藤原毅さん、大沢義雄さん、上原克哉さん(写真左から)が市役所を訪れ、「合宿してチームワークが良くなってきた。大丈夫です」と抱負を語りました。

塩尻小学校 木製机と椅子の組み立て 2/15

上小地域産カラマツの間伐材を使った木製机と椅子が塩尻小学校に導入されました。この日は1～3年生のために、前日に自分の分を組み立てた4～6年生がお手伝いをしました。感想を聞くと、「少し重いけど、新しい机と椅子になってうれしい!」と答えてくれました。



炭焼き体験 2/19

豊殿の「しよいこの会」の皆さんが運営する炭焼き窯に、豊殿小学校4年生のみんなが集まり炭焼き体験をしました。この日は、木の切出し・太切り(一定の長さに切りそろえる)・薪割り、窯出しの体験と、しいたけ菌の種ごまの植付けをしました。うまく薪が割れるとみんなで拍手したり、真っ赤に火のついた炭を見て歓声をあげたり、普段の生活にはない貴重な体験をしました。



別所線電車利用促進シンポジウム 2/19

3回目を迎えた別所線シンポジウムが上田創造館で行われました。この日は川辺小学校3年生や母親コーラスの皆さんが別所線イメージソングの合唱をして会場を盛り上げました。後半のパネルディスカッションでは、別所線とまちづくり、高齢社会での鉄道のあり方、公共交通に対する考え方などの意見が交わされました。



市の財産と借金の状況

平成15年度決算の バランスシートと 行政コスト計算書 を作成しました。

上田市の財政状況について、よりわかりやすい情報を市民の皆さんに提供するため、企業会計の決算手法で分析し、市全体の資産や負債の残高がどれだけあるのか、どういうものに経費がかかっているのかを明らかにしました。

バランスシートとは？

これまでの行政活動によって作られた市全体の資産や、資産を手に入れるための資金をどのように工面したかを示したものです。バランスシートにより、これまで市がどれだけの仕事をしてきたか、その蓄積を明らかにすることができ、民間企業の「貸借対照

表」に当たります。

行政コスト計算書とは？

人的サービスや給付サービスなど、資産形成につながらない行政サービスを提供するためにどのくらいの経費（コスト）がかかったか、その経費がどのようなお金で賄われているかを示したものです。行政コスト計算書により、バランスシートには出てこない行政サービスに使った一年間の費用が明らかにになります。民間企業の「損益計算書」に当たります。

●詳しくは
財政課（☎23・5113）または、市ホームページ（財政課）をご覧ください。

上田市のバランスシートと行政コスト計算書

上田市バランスシート

～資産や負債などの状況～
平成15年度（平成16年3月31日現在）

借方【資金の使途】 資金を何に使ったか

■資産

- ①有形固定資産
学校、道路、橋、公園など
1,602億円
- ②投資など
基金（固定的なもの）、出資金など
52億円
- ③流動資産
現金預金、基金（現金化が容易なもの）、未収金（税など）
67億円

資産合計 1,721億円

貸方【資金の調達】 資金をどこから調達したか

■負債

（これからの世代が負担）

- ①固定負債 617億円
- ②流動負債 88億円
- 負債合計 705億円

■正味資産

（これまでの世代が負担）

- ①国庫支出金 182億円
- ②県支出金 73億円
- ③一般財源など 761億円
- 正味資産合計 1,016億円

負債・正味資産合計 1,721億円

固定負債
固定負債とは、1年以上の期間を
おいて返さなければ
ならない借金の
ことです。
地方債（市が行政
サービスを行うに
あたって資金調達
のために借り入れ
たお金＝借金）、
退職手当引当金
などがこれにあた
ります。

流動負債
過去に発行した地
方債のうち1年以
内に返さなければ
ならない借金がこ
れに当たります。

上田市行政コスト計算書

～資産形成につながらない
1年間の行政サービスの状況～
平成15年度（平成16年3月31日現在）



収入335億円

- ・使用料、手数料など…………… 27億円
- ・国県支出金…………… 41億円
- ・一般財源（地方税、地方交付税など）… 267億円

一人あたりのバランスシート

人口 121,658人
（平成16年3月31日現在）

借方

■資産

- ①有形固定資産 132万円
- ②投資など 4万円
- ③流動資産 5万円

資産合計 141万円

貸方

■負債 58万円

■正味資産 83万円

負債・正味資産合計 141万円

一人あたりの行政コスト

人に掛かるコスト… 5万円 移転支出的なコスト… 12万円
物に掛かるコスト… 8万円 その他のコスト… 2万円

コスト全体 27万円

収入28万円

- ・使用料、手数料など…………… 2万円
- ・国県支出金…………… 4万円
- ・一般財源（地方税、地方交付税など）… 22万円

水道の歴史をたどる



▲泉町の上水道施設と樹網(ますあみ)用水(右は、しなの鉄道と新幹線)

国道141号から上水道施設(俗称水源池)へ下りる坂道は上田日本無線(株)の東にありま
す。かなり急な階段になって
いて、常田川が道に沿って流
れ下っています。この川は常
田池と千曲川をつないでい
ることです。

泉町にある上水道施設は、
染屋浄水場の原水を千曲川か
ら揚水するための施設で、大
正期に竣工しました。現在は
一日約3万6000立方メー
トルの水利権があるそうで
す。

大正12年7月の水道落成祝
賀式には、小學校生徒による
水道落成祝賀の歌の合唱があ
りました。その一節にこの水
源地は次のように歌われてい
ます。

清き流れの千曲川
夕風涼しき河ほとり
伏流水を集むるに
集水埋渠の長二町
二十余尺の深さなる

上田 ところどころ ⑪③ ～泉町の巻～

長いあいだ
飲料水の不
足に悩ま
れた上田に、
ようやく近
代的な水道
施設が誕生
したことを、
このように
喜びと共に
力強く具体
的に表現し
ています。



▲樹網用水と木橋

砂溜井戸やポンプ井戸
六十馬力の電動機
音も勇まし水源池
八百余間の送水路
染屋の岡に一直線

ちなみに上水道はその後拡
大し、昭和45年からは神川の
水を日量90000立方メー
トル取水し、神科、殿城、豊里、
神川地区へ給水をはじめまし
た。

水道の歴史を物語る泉町の
上水道施設は、広い敷地内に
ひっそりとした感じの建物が
立ち、その傍らを千曲川から
の水を運ぶ樹網用水がゆった
りと流れています。その用水
に架かる木橋を、白い猫がの
んびりとした足どりで渡って
行きました。

樹網用水に沿って行くと北
側は高い崖が続いており、そ
の崖で国道の車の音や北風が
遮られるのか、住宅団地は静
かで穏やかでした。

平野勝重

◆周辺案内図◆





▲矢出沢川で水質調査

今、5年1組では「矢出沢川にホタルをふやし、自然を守ろう」というテーマで活動をしています。
私たちは、最初「矢出沢川ってどんな川なのかなあ」と思っているだけでした。でも、矢出沢川に何度も行くうちに「ごみなど人間のせいでホタルなどの生き物が少なくなっているのだと

ようこそ私たちの学校へ

●清明小学校5年1組●

ほたるをふやそう！ ジュニア隊活動



▲「下塩尻桜づつみホタル保存会」の宮下昭会長さんからお話を聞きました

したら自分たちで何とかしなくてはいいけない」と思い始めました。
昨年10月には、水生生物による水質調査の方法を学びました。「きれいな水」にすむサワガニやヘビトンボがいたことを喜びましたが、ヒルが多く、矢出沢川は、現在水質階級Ⅲ(きたない水)ということが分かりました。また、ホタルのすめる環境とはどういう所なのかを考え合い、その視点で矢出沢川を見直しました。11月に下塩尻桜づつみホタル保存会の宮下昭会長さんから、ホタルの幼虫を100匹いただき、矢出沢川のカワニナを餌にして、クラス全員で飼育しています。
今年の夏には、美しく舞い上がるホタルが増えることを願いながら、ごみ拾いや生物観察、水質調査を続けたいです。

市長の

No.22



未来に向かって

上田地域にようやく春を感じる明るい日差しが差し込んできました。自然界の胎動と共に、上田を変えようとする動きが広がり始めています。まさに「転機、創造の時来たる」という心境です。

先月行われた、丸子町・真

田町・武石村での合併の是非を問う住民投票の結果、全ての町村で「上田市域4市町村」での合併が多数を占めました。これを受け、2月18日には合併協定書に調印し、今月開催の定例議会でも合併関連議案の議決を経て、県知事へ申請を行います。

準備段階から数えれば、2年7か月にわたり、協議委員会・議会、そして多くの団体、住民の皆さんの絶大なお力をお借りしました。結果が「合併」の方向へと進むことができました。これは、この上ない喜びであり、感謝の気持ちでいっぱいです。地域の将来を想い、日常生活の維持を考えれば、まずは押し寄せる難局に対し、住民の皆さんが心を一つにして結束することの意義は、誠に大きく価値あるものと確信しています。ここ数か月の皆さんの活動ぶりから、既に4市町村住民の連携が始まり、絆が結ばれつつあることを感じます。今後は、さらにその強化へと期待は膨らみます。

市民の皆さん、4市町村の一体感を醸成し、お互いの交流を図りながら、みんなで新生「上田市」を築いていくようではありませんか！合併は来年3月6日。上田が変わります。さあ、手を取り合い、未来に向かって前進しましょう。

鉄道唱歌でたどる上田

天神橋の手前より

左は松本街道の

行く手に見ゆる上田橋

千曲の川に渡したり

♪



大正14年(1925)竣工の2代目上田橋(奥は初代上田橋)

上田市の
近代建築物 ②

和方内科医院 (新町 180-1)

有数の古代・中世の文化財群が所在する塩田平にも、近代の優れた建物が残っています。この和方内科医院が建つ塩田新町は、西塩田地域の中心部として栄え、西塩田郵便局や食料品店、公民館、食堂などが建ち並んでいました。

この建物の大きな特徴である外壁は、旧信濃銀行でも紹介した(平成 16 年 12 月 1 日号)人工石洗出しで、目地を切り、隅柱形・窓枠形をわずかに造り出しただけのシンプルな外観に仕上がっています。建築年代は、大正

14 年(1925)で、当初の上げ下げ窓、2階和室の内装などがよく残っています。特に2階の広間の天井は格天井で、処置室の天井は型



古写真(玄関の以前の姿がわかります)



建物外観(南東から)

押し鉄板が残されている点などに特徴があります。この時期の診察室には、この型押し鉄板がよく用いられます。

正面玄関は、新しい診察棟と接続して以前の姿は見えませんが、古写真があり、入口部分もわずかにアーチ形をつけたシンプルなものに統一されています。

■問合せ 生涯学習課文化財係

☎ 23・5102



建物外観(南西から)



浦里小学校

14 年(1925)で、当初の上げ下げ窓、2階和室の内装などがよく残っています。特に2階の広間の天井は格天井で、処置室の天井は型

◇監督…大林宣彦
◇製作…国際放映
◇ロケ地…塩尻・塩田ほか市内各所
◇出演…峰岸徹・清水美砂・裕木奈江・勝野雅奈恵・津島恵子・小林桂樹・並樹史朗・他
◇原作…赤川次郎「長距離電話」

BS・i ドラマ「告別」

上田キネマ館
映画の舞台をめぐる

訪れた大林監督が、「上田は素晴らしいところだ! ぜひ上田を舞

人生に疲れた中年サラリーマンが、仕事で久しぶり訪れた故郷。夜の山道で古びた電話ボックスをみつけ、そこにあった電話帳に30年前の旧友の名前があり、懐かし

は見逃されてしまうような場所がロケ地に選ばれ、作品の中でいきいきと描かれています。



台にした作品を撮りたい」と、自ら何年も構想を練っていた台本を、全面上田にして製作したドラマです。大林監督のスタッフが1

が蘇る……。

「大林ワールド」を上田の風景とともにゆつくり楽しめる作品です。

文芸

短歌

熊坂 年成 選

入選

幾許のわが残念を飾らんか
照り翳る日々歌にをさめて
漆黒の闇に流れる流星に
思わず拍手し独りに気付く
残り火をかきたて流転の半生記
新年にかける上梓の夢を

小牧 宮島 正
御所 児玉 保江
材木町 大谷 文字

佳作

兄二人の戦い空し六十年
想いは尽きず昨日の如く
思惟像の前にたたずみ韻ふかく
語りし女の白きブラウス
点滴の姑と無言の会話して
迎える夜の外は雪なり
雪分けて救い出したる福寿草
陽に一輪の笑みを今朝見る
亡き夫の愛用したりし木の机
墨の落書きうつすら残る
暮れゆきてつもれる雪の静寂に
夫打つ囲碁の音のみ響く
凍てつく日独居の母を訪ぬれば
雪見障子に微笑み写す

笹井 井出 義男
富士見台 北村 賢
上常田 丸山 洋子
本郷 花岡すみ子
長島 細谷 清恵
材木町 関 礼子
諏訪形 岩崎 晴子

評 佳作以外にもよい歌がいくつかありました。

選者詠

わが夢の米寿に思ひ通はせて
福寿草は咲く凍土の上に

俳句

矢島 渚男 選

入選

雪とけて長靴の僧うどん屋へ
大寒やテトラポットの墓標めく
光年の涯冬銀河誕生日
輪飾りや千曲の岸の小船にも
冬峰や貧しき蜜に群がれる

南天神 鋒条恵美子
千曲 神原 晴一
上堀 工藤じゅん
生塚 春原 征二
緑が丘 畑 和人

佳作

飼犬と預かり犬と雪に散歩
埋めてきし心の隙間日記果つ
三病と仲よく年を越しにけり
月に灯が点る夕暮れ冬ざるる
雪の香やスキー外して寝転んで
宵の膳かざる雪下露の葉
九十の医師閑院す年の暮
音もなく雪降り積もる大晦日
こつてりと里芋煮上げ夫の忌
踏台をためらふ膝や年用意
朝茶事の初炭手前佳き日なり
蘭玉のふぞろひなるを刺しにけり
小春日や半紙にうける花の種

小泉 木村 シモ
築地 倉澤 昭夫
小泉 片岡 てつ
中野 本木 せつ
保野 清水ゆき子
常入 関 礼子
御所 竹内みさお
八木沢 田中 久子
中之条 笹木みつ子
新町 門脇 梯子
千曲 石井紀代子
越戸 羽生田めぐ美
大屋 日野 和子

選者吟 炭焼くや白髪同級四人組

俳句選者の矢島渚男先生が、今月の原稿執筆
をもちましてご退任することになりました。
矢島先生には、長年にわたり文芸欄の選者として俳句の普及にご尽力いただきました。ありがとうございました。

なお、4月号からは島田洋子先生に俳句の原稿執筆を務めていただくことになりました。

川柳

臣川 南月 選

入選

学力低下ゆとり教育指弾され
挨拶がすめば弾ける娘にもどり
背に腰に貼ったカイロが母を押す

秋和 坂口 牧秋
長島 土屋 朝栄
国分 今尾志津子

佳作

初詣で屋台の肉のかみ切れず
今年こそ今年こそはで喜寿の春
バカンスの親子を裂いた水の壁
学力がゆとりと共に落ちてゆく
不苦勞という梟をそばに置く
温泉ではしゃぐ軍歌の生き残り
老いの身は蘇民ダルマも鐘で聞き
七草に万葉びとの春重ね
磨けよと錆ゆく地球呼びお
サラ金のCM美女を取り揃え
病とは口論せずに握手する
寒い朝窓のガラスは万華鏡
ころころとダイヤに見える朝の露
柿二つ枝につかまり身をまかす

諏訪形 松田 美幸
小泉 柳香
小林郁二朗
白鳥 文彦
本木 せつ
宮下 道順
松本 要
手塚 利勝
尾沢袈裟信
野本今朝男
竹内 健美
関田 幸子
甲田 卷子
竹花すみ子

選者吟 無差別に空から攻める白い敵

今月の投稿作品

(12月24日～1月24日到着分)
短歌…85首 俳句…198句
川柳…122句 計…405作品

訂正とお詫び

2月1日号俳句、畑和人さんの作品を「山茶花やととととととと魚を呼ぶ」に、工藤じゅんさんの自治会名を「上堀」に訂正してお詫びします。

5月号の投稿方法

はがきで上田市教育委員会
(〒386-0025 上田市天神
2-4-74)まで。
締切り 3月23日(水)必着



今回訪問した、城下小学校 PTA (平成 16 年度男女共同参画推進事業者表彰を受賞) では、お母さんに任せがちな活動に、お父さんも積極的に参加する環境を整えています。子どもが卒業していても役員経験者が現役役員のサポート役をして、お父さん同士のつながりができています。ロビンソンの会やエジソンの会では、自然とのふれあいやものづくりを通して、父子の交流が行われていて、それが「地域での子育て」にもつながっています。

子どもと「遊ぶ時期」があることに気が付きました

PTA 会長 掛野 竹春さん



—「父親委員会」は以前からあるのですか

PTA 会長になったとき、最初から「父親委員会」の委員としての仕事が当てはめられていたので、当然前のように受け入れました。

—どんな活動を行っていますか

父親委員会主催のキックベースや、ロビンソンの会の活動などです。お母さんたちと、お互いのできることをうまく分担して作業しました。ロビンソンの会では、むし

ろお父さんの方が子どもたちと遊んだりして楽しんでいました。城下小学校は、自然にお父さんが参加する環境になっているのかもしれません。

—「父親委員会」を通じて、

どのようなことを感じましたか

お母さん任せにしたり、学校行事に参加して来なかったせいかもしれませんが、子どもには親と接し、一緒に遊びたい時期があることに気が付きました。中高生になると、子どもには自分の世界ができて親から離れていきますから。休日に家族だけで出かけるのもいいですが、学校の友達と大勢で遊ぶのもおもしろいのではないのでしょうか。

—今後の希望やお父さんへの

メッセージなどをお願いします

PTA の活動も、当たり前になれば広がっていくのではないのでしょうか。別の小学校の PTA と共同で行事を企画して、小学校同士の交流をしてみたいです。近くの第四中学校との交流もしたいです。交流が当たり前になり、ネットワークができればいいと思っています。人にアドバイスなんて大げさなことはできませんが、自分自身が「こうした方がいい」と感じて、自然にできるようになればいいですね。

この日(土曜日)、小学校の体育館では、子どもたちとお父さんたちがスポーツをしていました。PTA への参加が、それ以外のところでも子どもと積極的に接するきっかけになったのかもしれませんね。

男女共同参画課 ☎ 23・5245 FAX 25・4100

大好きになった「美しき町上田」

「ぶらり歴史講座(城南公民館)」に参加して



あなたの投稿
待ってます。

昨 年は私にとって、ふるさと上田をすばらしい感動を持って再認識した幸せな1年でした。この年齢になってまるで青春時代のような新鮮な感覚で、郷土の自然や歴史に肌でふれ、上田の歴史文化のすばらしさに限りない誇りを抱くことができました。

一昨年の春「真田幸村ロマンウォーク」に友人と参加して城下町を巡り、ガイドの方に、郷土の歴史ロマンについて造詣の深い話をお聞きして、すっかり上田の歴史探訪の魅力にとりつかれました。

ウォーキングは忙しく通過してしまふので、もう少し話を聞けたらと希望していたところ、城南公民館の持ち込み講座のこんな呼びかけが目にとまりました。

「私たちの周りには、思いがけない歴史やおもしろい話がたくさん。そんな歴史を、ぶらり

気楽に見て歩きませんか。子どもたちやお友だちにふるさとの歴史をプチガイドできたら。きっとこの街をもっともっと好きになること請け合いです。」
その言葉につられて、40人ほどの会員の一人となることを決めました。

みんなで決めたテーマに沿って、リュックを背負い仲間と遠足のような楽しい現地研修会を行い、ほとんど全員が待ち遠しい気持ちで参加し、心の羽を伸ばしました。

「別所の歴史をたずねて」「国宝の塔を見よう」「信州の鎌倉とは」「真田一族の活躍」「城下町あれこれ」と、ふだん見られないところ、全く知らないでいた場所まで見学し、感激の連続でした。自分の暮らすこの里が、こんな深い歴史と伝統に息づいていたとは。この故郷をもっともっと深く知り、いつくしんで次世代に引き継いでいきたいものだ、今年もこの講座を心待ちにしています。

(J子)



このコーナーでは、皆さんからの「たより」を募集しています。
宛て先: 〒386-8601 上田市大手1-11-16 上田市秘書課内 広報うえた「おたよりBOX」係へ。ペンネームでも結構です。

「明るい家庭・家庭の日」の作文 優秀作品決定

心身ともに健やかでたくましい人づくりのもとには、家族相互の愛情と思いやりの心に満ちた、明るい家庭にあると言われています。上田市でもこのような家庭づくりを推進するため、毎月第3日曜日を「家庭の日」と定め、その普及・定着に努めています。今年もこの一環として「明るい家庭・家庭の日」に係わる作文の応募をしたところ、市内小中学生から142作品が寄せられました。慎重に審査した結果、次の19作品が入選しました(敬称略)。入選作品の中から2作品を紹介します。

■優秀作品

塩田西小学校2年	橋詰 凌	ぼくのかぞくは7人
南小学校3年	田中 伽歩	おばあちゃんへ
清明小学校4年	長谷川 開	おばあちゃんはまほう使い
清明小学校5年	林 奈央子	家庭の日
神科小学校6年	熊谷朱美香	おじいちゃんお元気ですか
第三中学校1年	小宮山瑞希	母の働く姿
第三中学校2年	滝澤 瑛子	物を大切にするおばあちゃん
第六中学校3年	遠藤 千佳	大切な家族

■佳作

塩田西小学校2年	真野笑美菜	あかるいかてい
清明小学校3年	橋本 悠哉	かていの日
神科小学校3年	今井 悠	わたしのじまんのおばあちゃん
南小学校4年	唐木田 愛	家族のじまん
清明小学校5年	鈴木 雅崇	家の事情
清明小学校5年	畠中 勇輝	大切な家族
東小学校6年	山田 麻美	明るい家族
東小学校6年	池田 達哉	感謝の気持ち
第四中学校1年	比田井佑介	こんな家だけど
第三中学校2年	宮島 恵利	たばこについて
第六中学校3年	高桑 まゆ	家族について



「おばあちゃんはまほう使い」



清明小学校 四年
長谷川 開

ぼくの家族は、父と母とおばあちゃんといっしょに八人家族です。いつも、仲よく楽しくくらしています。ぼくのおばあちゃんは料理が上手です。ぼくは、おばあちゃんの作ってくれた、きゅうりのかすもみが大好きです。かすは、ちよつとからいけど、きゅうりがあまじよつばくておいしいです。

おばあちゃんが作っているの、ぼくも作ってみたいと思いました。おばあちゃんに教えてとお願したら、優しく教えてくれました。おばあちゃんの手はまほうのようなーと思いました。それは、どんなものでもいろいろな料理になって、とてもおいしいからです。そのおいしい料理を食べると、みんなにこにこになります。ぼくも、うれしくなりました。ほかにも、いろいろな野菜が変身します。

今日も畑のおじいちゃんが、葉っぱをたくさんとってきてくれました。ぼくは、何かわからなかったけど、いこのえいちゃんとおばあちゃんのお手つだいをしました。

まず、大きなきから、葉っぱのついている小さなきをとり、葉っぱをとりました。とりついていた葉っぱを

とりのぞきました。葉っぱはたくさんついていたのだけれど、いっしょにめいめいかたづけました。その小さなきをならべて、細かく切りました。できあがつて食べてみたら、やつとわかりました。さつまいものきでした。わかつた理ゆうは、きがさつまいものあじがしたからです。いっしょうけんめいやったかがありました。

つい先日こんなことがありました。三、四日続いた夕立のために、きゅうりが大きくなりすぎて売り物にならないから、塩田屋さんで使ってくださいとお客さんがたくさん持ってきてくれました。ぼくは、きゅうりが大好きだけれど、こんな大きなきゅうりのきゅうりをどうするのかと心配になりました。けれど、おばあちゃんはその日の夕食の時にみごとに変身させてくれました。その日のメニューは、「きゅうりのすのもの」「きゅうりのぬかづけ」「きゅうりのかすもみ」「きゅうりのみそあえ」みんなどれもおいしくて、ぼくはごはんを三ばいも食べてしまいました。

おばあちゃんは、なんでも物を大事にして、おいしい料理を作ってくれてみんなを幸せにしてくれます。

そんなおばあちゃんがぼくの自まんです。

これからも、みんなのためにまほうを使つて幸せにしてほしいと思います。元気でがんばってくださいね。ぼくもがんばるぞ。

「大切な家族」



第六中学校 三年

遠藤 千佳

秋のよく晴れた日、それは突然のことだった。お母さんが困ったように、どこかに電話していた。「どうしたんだろう」とお母さんのそばに行くと「おばあちゃんの様子がおかしい」とのことだった。

急いでおばあちゃんの所に行くと、おばあちゃんが寝ていた。近づいて手を触れると、冷たくなっていた。でも、ほほを触ると温かかった。お母さんも部屋にきておばあちゃんの体をゆらしながら、「おばあちゃん起きて」と言いながら泣いていた。お母さんが泣くの初めて見て、それが余計に私を悲しくさせた。

その時、家には私とお母さんとお兄ちゃんしかいなかった。どうしたらいいかわからなかった。そのうちおじいちゃんが帰ってきて、すぐにお通夜の準備に忙しくなり、泣くひまもなかった。そして準備ができた時お父さんが帰ってきて、お父さんも子どものように泣いていた。お通夜にはたくさんの方が来た。その夜は朝までみんな起きていた。その次の日には、東京にいついてお姉ちゃんも帰ってきて家族全員がそろった。その日はお棺の中におばあちゃんを納め、天国に行く準備をしてあげた。その夜は

おばあちゃんと一緒にいられる最後の日だった。最後ということまで皆で一緒に寝た。家族で一緒に寝たのは、小さい頃以来だった。お葬式には、本当にたくさんの方が来てくれた。おばあちゃんはいろいろな人に愛されていたんだあーって、うれしくなった。

私が不思議に思ったのは、おじいちゃんがお通夜にしてお葬式にしても泣かなかったことだ。お父さんやお母さんにしても泣いたのにおじいちゃんだけは泣かなかった。今考えてみるとおじいちゃんはお父さんのことをいろうろやっていたのは、おじいちゃんだから。トイレに行かせたり、お風呂に入らせたりしていたから、分かっていたのかも知れない。

みんなバラバラだった家族が、おばあちゃんの死をきっかけに絆が深まったように思う。そしてこの家族に生まれてきてよかったと思えた時でもあった。

そして、おばあちゃんの死で私は目標をもつことができた。いつもおばあちゃんにはさみしい思いばかりさせていた。それがおばあちゃんにしてみるとどんなにつらいことか分かってあげられなかった。だからもうお年寄りの方にさみしい思いをさせたくないと思ひ、いろいろな施設に訪問に行き、おばあさんやおじいさんと交流させてもらっている。そこにいと時間を経つのが早いくらい楽しい。こんな思いにしてくれたおばあちゃんに感謝している。ありがとうの一言だ。

子どもサポートプラン

不登校・ひきこもりの子どもたちを支援します

◎子どもサポートプランとは

行政と民間の連携による不登校支援事業です。子どもの気持ちに寄り添って、子どもとその家庭の望む環境を作ることが目的です。

◎どのようなサポートを受けられますか

不登校の児童生徒の「思い」、不登校の親の「思い」に耳を傾け、受けとめることを第一の役割と考えています。長い間不登校の子どもの家庭のサポートを続けてきた民間のコーディネーターが中心となり、具体的なサポート方法を見つけていきます。子どもと同じ目線に立ち、相談相手となるハートフレンドの派遣や、親の会、研修会、交流会などでの支援を行います。

◎どうすれば相談できますか

「上田地域子どもサポートセンター」に連絡してください。相談の内容は、他には漏れませのでご安心ください。

☎ 26・6521 (TEL, FAX 共通)
(月) 金 13:00 ~ 18:00。休日は除く
〒386・0018 常田 2・26
東部こども館 2階



E-mail : kodomosp@amber.plala.or.jp
URL : <http://www.u-kodomo.org/>

浦里小学校と川西小学校の通学区域が一部変更になります

教育総務課 ☎ 23・5100

岡自治会の児童は、現在、浦里小学校へ通学していますが、岡自治会の皆さんから出された要望を尊重して、昨年12月に「上田市立小・中学校の通学区域に関する規則」の一部を改正し、今年4月1日から川西小学校へ通学することになりました。

ただし、平成17年度については、住居が浦里小学校に近接しているなど特別な事情がある場合は、特例として申請により浦里小学校への通学が認められています。

体育施設 使用申込み受付

- 受付開始 3月19日(土) 9:00～
- 申込み方法 各施設の窓口で直接申し込んでください(電話予約不可)
- その他 ・塩田の郷マレットゴルフ場 ☎ 39・4455は、4月15日(金)の開場日から直接、施設で受付。
・グラウンドと球場は11月30日まで利用可。

施 設	予約可能日	回数制限	予約受付会場	問合せ
上田城跡公園内体育施設	通 年	な し	市民第二体育館 2階 	☎ 22・8699
河川敷グラウンド (工事のため上堀グラウンドB・C・D・ヘリコプター発着所は使用不可)	6月30日まで大会等は通年で予約できます(大会要項等の提出が必要)	土日祝日は1団体月2日まで		
染屋台グラウンド	通 年	な し		
マレットゴルフ場(塩田の郷マレットゴルフ場は除く)	通年(50人以上の大会の場合は、事前予約してください)	な し	市民の森公園(3月19日のみ市民第二体育館で予約受付)	☎ 23・0363
市民の森公園内施設	通 年	な し		
自然運動公園	総合体育館	通 年	自然運動公園管理事務所 	☎ 38・7195
	多目的グラウンド	通 年		
	室内多目的運動場(室内テニスコート)	6月30日まで大会等は通年で予約できます(大会要項等の提出が必要)		
古戦場公園	室内多目的運動場(室内テニスコート)	7月2日分まで予約可能。なお、毎月第一日曜日以降に翌々月の予約が可能になります。例えば、5/1以降⇒7/3～8/6の予約 6/5以降⇒8/7～9/3の予約	古戦場公園 管理事務所	☎ 22・3382
	屋外テニスコート(10/31まで利用可)	な し		
	県営野球場	通 年		☎ 22・8699
	多目的グラウンド	通 年		

【県営住宅入居者募集】

受付期間 3月10日(木)まで(土日受付)
 受付場所 上田合同庁舎内501号室(材木町1-2-6)
 問 合 せ 上小地方事務所
 建築課 ☎ 25・7143

【電話加入権公売】

日 時 3月11日(金) 13:30～
 会 場 上田合同庁舎3階302号室(材木町1-2-6)
 方 法 競争入札
 本 数 数 本
 そ の 他 印鑑を持って買受人本人がお越しください。
 問 合 せ 上小地方事務所
 税務課 ☎ 25・7118

「明るい選挙啓発標語」入選作品

選挙管理委員会事務局
☎ 23・5438

昨年11月に募集した「明るい選挙啓発標語」には、多数のご応募をいただきありがとうございました。審査の結果、次の標語が入選しました(敬称略)。これらの標語は、明るい選挙推進のために活用させていただきます。

【優秀賞】

大切な 一人一人の その一票
 大切な 一人一人の その一票
 良い選挙 みんなが参加まず一票
 よい未来 あなたが決めるその一票
 新しい未来をつくるその一票
 その一票未来を変える架け橋に

【佳作】

一票に未来の夢がかかっている
 この一票とっても大事なもののなんだ
 見つめよう未来をたくすその人を
 貴重な一票 明るい未来につなげよう

竹下 誠也 (塩田西小6年)
 三井健太郎 (塩田西小6年)
 山岸 有馬 (南小4年)
 諸橋 佳奈 (塩田西小6年)
 松澤 保隆 (塩田西小6年)
 市村 夏美 (塩田西小6年)
 宮澤 沙織 (塩田西小6年)
 佐藤 翔太 (塩田西小6年)
 佐藤有花子 (塩田西小6年)
 樋口あや美 (塩田西小6年)

まごころをありがとう
1月分

▽しなの鉄道(株)様/木製ブランタ
 ー6個、水中ポンプ、ホース一
 式/駅周辺と沿線の環境整備へ
 ▼松野昭平様/紙おむつ、衣類/
 乳児院へ
 ▼ガールスカウト長野県第5団
 様/現金1万5000円/社会
 福祉基金へ
 ▼ガールスカウト長野県第25団
 様/現金1万5000円/社会
 福祉基金へ

種から育ててみませんか？

「花の種銀行」

春まきの花の種の貸し出しを始めました

花づくりに取り組んでいる皆さんをサポートするために、「花の種銀行」を開設して、間もなく4年になろうとしています。口座を開設した方は、すでに400人を超え、お貸しできる花の種類も増えました。

今年約140種類の花の種をご用意しました。もちろん芽が出なかったり、枯れてしまう場合もありますので、その場合は返却なしでも結構です。その種の貸し出しは、年間を通じて受け付けています。

公園緑地課では、昨年返却していた種も加えて、春まきの種の貸し出しを始めています。いっしょに上田市

花づくりに取り組んでいる皆さんをサポートするために、「花の種銀行」を開設して、間もなく4年になろうとしています。口座を開設した方は、すでに400人を超え、お貸しできる花の種類も増えました。

「花の種銀行」の利用方法

「花の種がほしいな…」



家庭で花を楽しんだ後、借りた分の種を返却



芽が出なかったり、枯れてしまった場合は返却不要

市役所4階公園緑地課か、各支所窓口へ



口座をつくる
通帳といっしょに
花の種を借りる



皆さんにもぜひ知ってほしい！

小嶋温美さん（緑ヶ丘）



以前は種を買って花を育てていましたが、2年前から「花の種銀行」を利用するようになりました。種まきの後は、毎日毎日芽が出るのを楽しみに待っています。今は、10月に種をまき、芽を出したビオラの成長を楽しみにしています。

◆口座を開設できる方

①市内在住・在勤・在学の方

②花が好きな方

③花を種から育て管理し、借りた種を返却しても良いと思っている方

◆お貸しできる春まき（4～5月がまき頃）の花の種

アグロステンマ、アゲラタム、インパチエンス、キキョウ、コスモス、サルビア、百日草、千日紅、バーベナ、ブル1サルビア、ペチュニア ほか多数。

◆「花の種銀行」会員の特典

年3回「花の種銀行便り」をお届けします。また、秋には会員対象の「花づくり教室」も行います。

種から育てる花づくり講習会

今年も春の種まきの時期がやってきました。春まきの花の土づくりから育て方まで、失敗しないための秘訣を学びます。どなたでも参加できます。

日時 3月24日（木）9時30分～11時

30分

会場 市民会館2階大会議室

内容 上田の気候に適した春まきの花づくりのポイント

講師 武田正男さん（市農業バイオセンター所長）

申込み 3月22日（火）までに、電話、はがき、FAXで公園緑地課へ

公園緑地課
☎23・5134 / 図23・8247

「臨時窓口」を開設します

市民協働課 ☎ 23・5334

3月22日(火)から4月1日(金)まで

3月・4月は引越しや転勤などに伴う届け出が多くなります。そこで、市民の皆さんが住所変更や国民健康保険、電気・ガスなどの手続きが便利に行える「臨時窓口」を開設します。平日は夜7時まで延長し、土日もご利用いただけます。

■市役所の手続き

手続きの内容	持ち物	窓口	期間
異動届・死亡届・出生届・婚姻届等の受理、印鑑登録、外国人登録、住民票の写し・戸籍謄抄本等諸証明の交付、葬祭費出産育児一時金の支給申請、国民健康保険証の交付	印鑑、預金通帳、国民健康保険証・介護保険被保険者証、市民カードまたは印鑑登録証、住基カード、市民証等	市民協働課 (本庁舎1階)	3月22日(火) 4月1日(金) ○平日 8:30～19:00 ○土・日曜日 8:30～17:15
学校の指定に関する手続き(転校など)	印 鑑		
納税証明・納税相談・税金の納付	印 鑑	収 税 課 (本庁舎1階)	
国民健康保険税に関する納税相談・納付、国民年金に関する届け出	印鑑、預金通帳(郵便局可)、年金手帳(基礎年金番号)	国保年金課 (本庁舎1階)	
市営水道(塩田・川西地区の一部を除く)の開栓・閉栓に関する手続き、上下水道使用料の納付・口座振替手続き	・開閉栓手続き…印鑑・開栓は手数料1,000円 ・口座振替手続き…印鑑、預金通帳(郵便局可)	営業課窓口 (北庁舎1階)	

※県営水道(塩田・川西地区の一部)の手続きは、(株)電算・(株)両毛システムズ共同企業体(県営水道業務委託会社 ☎29・0810)にお問い合わせください。

■公益企業の手続き

手続きの内容	企業名	持ち物	方法	場 所	期 間
ガスの開栓・閉栓申込み	上田ガス	特になし	電話	総合行政案内 カウンター (本庁舎1階)	3月22日(火) 4月1日(金) ○平日、 土・日曜日 9:00～17:00
住所変更、衛星放送申込み、口座振替手続き	NHK	領収証			
電気使用の開始・廃止申込み	中部電力	お客さま番号のわかるもの(「電気使用量のお知らせ」など)			
電話の移転・復活・休止申込み	NTT 東日本	特になし			

※郵便局への住所変更届は上田大手郵便局(市役所本庁舎東側地下)で手続きができます。印鑑と引越し前の住所が記載された運転免許証、保険証などをお持ちください(受付時間:平日9:00～17:00)



「図書館ボランティアひまわり」の皆さん

ボランティアのお仕事は:

- ・返却された本を書架にもどす
- ・書架整理・本の装備・修理
- ・図書館内の飾り付け
- ・本のリサイクル市準備
- ・読み聞かせ
- ・図書館のおそうじ など

「図書館ボランティアひまわり」会員登録

本が好き、図書館が好きという方、いっしょに活動してみませんか。申込みは図書館へ。

図書館では、視覚障害の方、病气や高齢などで活字の本を読むのが大変という方のために、本をカセットテープに録音した「録音図書」を貸し出しています。小説など文学作品を中心に1100タイトル程あります。利用方法は図書館へお問い合わせください。

点字図書館では、録音図書をCD化したCD図書を貸し出しています。利用方法は点字図書館へお問い合わせください。

図書館からお知らせ

市立図書館 ☎22・0880
点字図書館 ☎22・1975

自主的に学び合おうと、「生涯楽習 上田自由塾」ができました。
上田自由塾は、教えたい人と学びたい人が、誰でも先生、だれでも塾生になれるシステムです。

月に1回ないし2回の講座を継続し、前期、後期もしくは1年で終了します。

*受講料1回500円(小学生100円・中学生200円)

申込締切日 **3月25日(金)**当日消印有効

申し込みや講座内容等、詳しくは、公民館(中央、西部、城南、上野ヶ丘、塩田、川西)、上田市役所、上田駅前パレオ内情報ライブラリーなどに案内カタログがありますのでご覧ください。

講座番号	講座名	講師名	講座番号	講座名	講師名
No.1	初心者マレットゴルフ	青木正雄	No.16	上達する「ボールペン字講座」	浜村敏雄
日時	5/17～火曜日 午前10時～11時30分ほか 6回		日時	5/12～木曜日 午前10時～11時30分など 10回	
会場	中央公民館、ハーブ園 MG 場など		会場	西部公民館	
概要	1.マレットゴルフの特徴 2.マレットゴルフ基本 3.マナー・ルール 4.実技 5.全体反省会		概要	手書き文字の良さが再認識されています。美しい字が書けるとい事は技能です。直接指導の効果は大きく、上達を早めます。	
No.3	親子で楽しみながら絵を描きましょう	桶田明夫	No.18	男性の料理と健康	松崎礼子
日時	6/4～土曜日 午前10時～11時30分など 6回		日時	5/21～土曜日 午後2時～3時30分など 12回	
会場	中央公民館		会場	中央公民館	
概要	親子(幼保年長～小6年位)で楽しみながら絵を描いたり、造形遊びをしましょう。		概要	毎日の食事が健康の源。調理は慣れると意外に楽しい。健康をみつめながら、簡単、おいしい、すぐ役立つ講座を考えています。	
No.4	お菓子&パン教室	菊地貴美子	No.19	千曲川・神川の自然と魚たち	松本幸一
日時	5/17～火曜日 午前9時30分～12時30分など 6回		日時	5/16～月曜日 午後7時～8時30分など 6回	
会場	市民プラザ・ゆう		会場	上野ヶ丘公民館	
概要	「お菓子作りは幸せ作り」一製菓衛生師として培って来た知識と経験を生かし、ジャンル・風味共にワンランク上を。初心者も熟練者も大歓迎です。		概要	千曲川・神川にすむ魚類の変化を通して、私たちの暮らしや水環境を考えます。	
No.5	漢詩文 鑑賞と創書	倉島徳明	No.20	コンスターチねん土で作る オリジナル作品	宮崎紀子
日時	5/11～水曜日 午後6時30分～8時ほか 12回		日時	5/28～土曜日 午後1時～4時など 6回	
会場	西部公民館		会場	西部公民館	
概要	漢詩文の音読、解法を学び、理解と鑑賞をする。漢唐時代の主に諷刺の名典を中小字で習い品正な書風をつくる。前記、中小品の作品を創書して楽しむ。		概要	ねん土に絵の具をまぜて、簡単に作れ、身近に飾って楽しめる作品を作ります。親子での参加も大歓迎です。	
No.6	現代美術抽象造形入門	桑原一郎	No.21	里山の老松「切り株」の問いかけ	村山隆
日時	10/16～第三日曜日 午前10時～12時など 6回		日時	5/5～木曜日 午後7時～9時など 10回	
会場	上野ヶ丘公民館		会場	中央公民館	
概要	音で表わす抽象はメロディーですが、形で表わす抽象は何でしょう。心の喜びやかなしみを身近な材料で表現してみましょう。		概要	枯死・伐採された里山の一本の老松・切り株の「問いかけ」を通して、自然と人間のあるべき関係性と地域づくりの再生を考えます。	
No.7	かしこい消費生活入門	小金玲子	No.23	楽しい民謡とやさしいレクダンス	矢口義和
日時	5/17～火曜日 午後7時～8時30分など 6回		日時	5/24～火曜日 午前10時30分～12時ほか 12回	
会場	上野ヶ丘公民館		会場	西部公民館	
概要	より健康で豊かな生活をするために、悪質商法、食の安全、省エネ、クレジット、財テクなど勉強しませんか。		概要	ふる里の民謡(中野小唄、佐渡おけさ…)やレクダンス(きよしのズンドコ節、ルンバミクス…)を習得して楽しい集い等にそなえましょう。初心者歓迎、お気軽に。	
No.8	実用書道講座	桜井茂夫	No.24	初心者なぞなた教室	柳澤喜美子
日時	5/2～月曜日 午後1時～3時など 12回		日時	5/11～水曜日 午後7時～8時30分など 12回	
会場	中央公民館		会場	旧一中体育館	
概要	祝儀袋の表・裏書き、あなたのお名前を分析しながら教え、そして年賀状に欠かせない平仮名、片仮名、宛名等を学びます。		概要	バランスのとれた体づくりと武道の礼儀作法で、心身の健康づくりに挑戦しませんか。小学生から高齢者まで、男女問わず。	
No.9	ビジョナリーライフ実現講座	佐藤建	No.25	身近な、やさしい科学(幅広い教養講座)	山崎久生
日時	5/13～金曜日 午後7時～8時30分など 7回		日時	5/3～火曜日 午後7時～8時30分など 6～11回	
会場	市民プラザ・ゆう		会場	中央公民館	
概要	講義、討議、シート記入、ロールプレイ等を通して、これからの充実した職業・社会生活の実現計画を立てる。		概要	ふだんの生活の中で、正しい知識や考え方を知らないために、勘違いや誤解をしていることが多くあります。科学的かつ平易に解説し、話し合ったりします。	
No.10	自力整体整食法&笑顔の表情筋のトレーニング	佐藤淑江	No.26	深雪アートフラワー	山下美恵子
日時	5/11～水曜日 午後7時30分～9時など 6回		日時	5/21～土曜日 午後1時～2時30分など 12回	
会場	上野ヶ丘公民館		会場	上野ヶ丘公民館	
概要	意識・気・イメージを使い体の声を聞き脱力し食べ方で排泄に重点をおき全身に気を通し整体にしていきたいと思います。		概要	白い布→染料で着色→お花を仕上げる。お花を作る喜び、楽しさを体験してみたいいかがでしょうか。	
No.11	音楽に聴く世界	篠岡恒悦	No.27	篆刻・刻字講座	依田行舟
日時	5/17～火曜日 午後7時30分～9時など 11回		日時	5/8～日曜日 午後7時～8時30分など 12回	
会場	中央公民館		会場	中央公民館	
概要	現代は音の洪水のごとくです。このような時にこそ、西洋と各国の音楽を軸に、深く聴いてみましょう。		概要	書道の名の下へ押す印(篆刻)を彫ったり、板へ字を彫って壁掛けにするなど「文字を彫る」ことを初歩からやります。文字に対する知識なども聞ける講座です。	
No.13	地元の歴史再発見 農民美術から学ぼう	中田文明	No.28	テレビ放送50年 テレビの裏側教えます	依田安弘
日時	5/14～土曜日 午後2時30分～4時など 7回		日時	5/28～土曜日 午後2時～3時30分など 8回	
会場	塩田公民館		会場	中央公民館	
概要	上田から全国に広がった農民美術。どんな経過で始まり、どんな形で全国へ広がったのか、教育・歴史・経験者の話を混せて勉強します。		概要	デジタル放送が開始され、見るだけのテレビから視聴者が参加するテレビの時代へ。テレビの裏側、何でも教えます。	
No.14	見方を変えてみたら…何かが見える! ウラから見た商い	中山昭雄	No.29	古典絵巻・絵本を読む	渡辺道子
日時	5/10～火曜日 午後2時～4時など 6回		日時	5/18～水曜日 午後1時30分～3時など 11回	
会場	市民プラザ・ゆう		会場	中央公民館	
概要	店の従業員しか知らない面白い話。驚く様な話、バグン必勝法、値段のからくり等、賢い主婦になる為の面白い物アドバイス講座。		概要	竹取物語絵巻を読みます。古文書の解説のように変体仮名の解説法を学んで、平安朝の古典文学を楽しみます。	
No.15	初級フォークギター講座	成沢正博			
日時	5/14～土曜日 午後7時30分～9時など 12回				
会場	上野ヶ丘公民館				
概要	「ギターを弾いて唄う楽しさをあなたにも」つまづかないで続けられる教室にしたいと考えています。				

全体の開講式は **4月23日(土)**です。

お問い合わせは、中央公民館 TEL22-0760

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

※3月7日(月)は定期清掃のため休館

【写友まゆ年度賞コンテスト写真展】

日時 3月9日(水)～18日(金)
9:30～16:30 (最終日 16:00)
入場料 無料

【おりがみ教室】

日時 3月12日(土) 10:00～12:00
参加費 300円

※おりがみ展に向けて作品を制作。

【おりがみ展】

日時 3月19日(土)～3月27日(日)
9:00～16:30 (最終日 15:00)
入場料 無料

その他 おりがみ体験あり(期間中、
毎日 13:00～15:00)

【ドラッグカーをつくろう!!】

日時 3月12日(土) 9:30～11:30
参加費 無料
定員 先着 20人

対象 小中学生とその保護者

内容 ペットボトルのゼンマイを使
ってドラッグカーを作ります。

申込み 3月9日(水)までに電話ま
たはFAXでお申し込みください。

【太陽の黒点を観察しよう】

日時 3月26日(土) 10:00～11:00
参加費 無料

内容 望遠鏡で太陽の黒点を観察

その他 天候により観察できないと
きは天体ビデオ上映

【天文講演会】

日時 3月26日(土) 18:30～20:00
講師 臼田知史さん(国立天文台ハワイ
観測所助教授)・臼田功美子さん
入場料 無料

上田情報ライブラリー

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

■二木てるみ・リーディングライブ

日時 3月19日(土) 18:30～
内容 大河ドラマ「義経」で源頼朝
の乳母・比企尼役を演じる二木て
るみさんが醸し出す朗読の世界

定員 70人

入場料 1,500円

申込み 3月5日(土) 10:00 から電
話受付

■講演会「市民と協働の図書館
づくり～ボランティア・NPO・
指定管理者制度～」

日時 3月12日(土) 13:30～15:00

講師 小林是綱さん

受講料 無料

申込み 図書館、図書館創造館分室、
情報ライブラリー、各公民館に備え
付けの申込用紙に記入して、情報ラ
イブラリーへ

■地域の文化人シリーズ

●「城下町上田の小さな歴史」

講師 佐藤毅さん

日程	テーマ
3/13 (日)	「仙石氏上田城改修築城奉行 原五郎衛門のこと」「赤松小三 郎眠る京都金戒光明寺」
3/20 (日)	「上田発の写真師田中鼎三 (画人田中亭山)」「上田藩主 松平氏の豊廟を歩く」
3/27 (日)	「源兵衛坂考～並河源兵衛は鉄砲鍛 冶であった」「日本キリスト教会－ 上田教会(車坂上教会)の歩み」

●「信濃に花開いた多彩な音楽文化 ～上
田洋楽事始め 明治・大正から昭和まで～」

講師 北条彰一さん

日程	テーマ
4/3 (日)	洋楽の導入と「上田のジン タ」
4/10 (日)	上田の洋楽教育と「松平志 津馬先生」の役割
4/17 (日)	まぼろしの天才音楽家「江 文也」

時間 13:30～15:00

資料代 各回 300円

定員 30人

申込み 3月6日(日)10:00 から
受付(電話可)

■講座「信州ゆかりの文学者たち」

日程 4/13(水)、5/11(水)、6/8(水)、
7/13(水)

時間 13:30～15:30

内容 堀辰雄を中心に、信州ゆかり
の文学者について考えます(別途、
軽井沢文学散歩あり)。

講師 相馬正一さん

受講料 2,500円(4回分)

定員 30人

申込み 3月10日(木) 10:00 から
受付(電話可)

持ち物 『風立ちぬ・美しい村』(お
持ちでない方は初回の講座で貸し
ます。1冊 340円)

主催 上田図書館倶楽部

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「三国志(アニメ)」

3/12(土) 30話～33話

3/13(日) 34話～37話

3/19(土) 38話～41話

時間 13:30～(70分の上映2回)

定員 200人(申込み不要)

入場料 無料

■ホームページ作成セミナー

日時 3月27日(日) 10:00～16:00

対象 パソコン経験者

受講料 4,000円

定員 16名(要事前申込み)

■パソコン相談室

日時 3月13日(日)
9:30～12:00(1人30分)

対象 初心者から経験者

相談料 無料

定員 10人(要事前申込み)

■上田萬画大学 2005

春休み萬画セミナー参加者募集

時間 3月19日(土)～21日(月)、24
日(木) 9:30～17:00

定員 10人

対象 小学生高学年～高校生

内容 プロのアニメクリエイターの
指導で、10～20秒間のデジタルア
ニメーション作成。作品はセミナー
終了後にVHSテープで配布します。

参加費 5,000円(昼食代別)

申込み 下記の必要事項を記入して、
はがき、または封書(3月14日必着)で
「メディアランド UEDA 上田萬画大学
2005 係」へ。応募者多数の場合抽選。

①名前、性別、住所、電話番号、学校名、
学年 ②パソコン経験年数 ③セミナ
ーへの抱負、やってみたいこと ④保
護者の名前と印鑑

※希望者は、別所線大学前駅から会
場まで送迎します。

お知らせ

視覚障害の方へ
電気基本料を助成

福祉課 ☎22・4100 内線1604

助成期間 平成16年4月～平成17年3月までの電気基本料。

対象 次の①・②両方に該当する方
①市内在住で生計中心者又はその配偶者が、視覚障害の身体障害者手帳1級・2級の認定を受けている方②電気契約容量が40アンペア以下
申請方法 必要書類をお渡ししますので、3月10日までに福祉課へご連絡を（必要書類は郵送可）。福祉医療費給付金制度の
お知らせ

福祉課 ☎22・4100 内線1609

制度のしくみ

受給者証を提示して受診すると、支払った医療費が戻ります（保険対象の自己負担額を口座振込します）。

対象となる方

所得の少ない65～69歳の方、小学校就学前までの乳幼児、重度障害者、母子家庭の母子等、父子家庭の父子

その他

所得制限があるので所得申告が必要です。1か月あたり1レセプトごとに300円の自己負担があります。入院時の食事代は半額助成します。

問合せ 福祉課

市民税・県民税の申告は
お済みですか

税務課 ☎23・5115

市民税・県民税の申告受付は3月15日(火)までです。なお、市民会館

での税理士会による所得税無料申告相談は3月11日(金)で終了します。3月14日(月)、15日(火)の市民会館は市民税・県民税のみの申告会場となります。この2日間の所得税申告は税務署で行ってください。申告期限近くになると申告会場が混雑します。所得税の確定申告、市民税・県民税の申告は早めにすませましょう。詳しくは、2月にお配りした「平成17年度市・県民税申告の手引き」をご覧ください。

消費税・地方消費税(個人事業者)の確定申告と納税は正しくお早めに

上田税務署 ☎22・1234

平成16年分の消費税・地方消費税の確定申告・納付期限は3月31日(木)です。税務署で相談する場合、特に所得税の確定申告期限(3月15日)間近になると、長時間お待ちいただく場合があります。申告はできるだけ自分で書いて早めに提出してください。

また、国税庁のホームページの「消費税の申告書作成コーナー」でも作成することができます。なお、申告書は郵送などでも提出できます。

生け垣の設置を助成します

都市計画課景観係 ☎23・5127

対象 通り抜けのできる道路に面した連続5m以上のもの（ほかにも条件がありますので、着工前にご相談ください）

補助額 設置費用の2分の1以内
限度額 5万円（既存のブロック塀等を撤去して生け垣をつくる場合は10万円）

問合せ 都市計画課景観係

屋外広告物法、県屋外広告物
条例が改正されました

都市計画課景観係 ☎23・5127

主な改正内容

①広告旗などが、はり紙やはり札と同じく撤去の対象になりました。また広告旗を出せる許可地域でも、許可のための手数料がかかります。

②違反広告物の保管、売却などの手続きが定められました。

●県の「屋外広告物条例」に基づき、許可地域・禁止地域が設けられています。橋、街路樹、公衆電話ボックス、電柱などへの広告物の掲示は禁止されています。

●蛍光塗料、夜光塗料を使った広告物などは表示が禁止されています。

●4月1日から、国道18号上田坂城バイパス上塩尻交差点～国道143号築地バイパス～南部消防署前交差点間の野立て看板なども違反広告物になります。

ルールを守り、美しい沿道景観の形成にご協力ください。

水道水質検査計画案にご意見を

浄水管理センター ☎22・0658

より安全で安心して飲める水道水の供給のため、平成17年度の水質に関する検査計画案を作成しました。市では、皆さんからのご意見をいただき、より良い計画にしたいと考えています。計画案の内容は、市のホームページの上下水道局をご覧ください。か、浄水管理センターにお問い合わせください。

ご意見・ご要望の送付先

郵送かFAX、またはEメール
(〒386-0005 上田市古里2250 浄水管理センター / ☎22・1979 / E-mail: josui@city.ueda.nagano.jp)

締切り 3月20日(日)

春の火災予防運動

●3月1日(火)～7日(月)●

消防本部予防課 ☎26・0029

「火を消さない あなたの心 無責任」

(作品:長門小学校6年 中村大さん)

「火は消した? いつも心に きいてみて」

【火事・救助・救急は119番】

住宅防火 いのちを守る 7つのポイント

習
3
つ
慣
の

- ・寝たばこは、絶対やめる。
- ・ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ・ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

対
4
つ
策
の

- ・逃げ遅れを防ぐため、住宅用火災警報器の設置を検討する。
- ・寝具や衣類からの火災を防ぐために、防災製品を使用する。
- ・火災を小さいうちに消すため、住宅用消火器を備える。
- ・お年寄りや身体の不自由な人を守るため、隣近所の協力体制をつくる。



日時 3月12日(土) 13:30~16:00
会場 上田市文化センター
講演 「地域で自分らしく生きるためにできること」
講師 大正大学教授・野田文隆さん

春からの糖尿病ライフに向けて

長野病院栄養管理室 ☎ 22・1890

日時 3月26日(土)
 13:30~15:30
会場 長野病院地域医療センターリハビリテーション科作業療法室
内容 座ったままできる運動やストレッチの実践、糖尿病の疑問解決、患者どうして日頃の悩みを語る、医師・糖尿病ケアチームによる質問コーナー
対象 糖尿病・糖尿病境界型の方とその家族
定員 30人程度
料金 100円
申込み 3月18日(金)までに長野病院栄養管理室へ

子ども

春休み子どもさき織り体験教室

エコ・ハウス ☎ 23・5144

日時 第1回 3月24日(木)、
 第2回 3月25日(金)
 10:00~15:00
場所 エコ・ハウス(上田クリーンセンター内)
内容 「リサイクルより再使用」を言葉に、古布で素敵なランチマット織り。アルミ缶で小物入れ作り。
対象 小学校4~6年生
定員 各回とも6人
その他 昼食持参、参加無料。材料はエコ・ハウスで用意します。
申込み 3月22日(水)までにエコ・ハウスへ

スポーツ

女性・シニアゴルフ教室(春期)

体育課 ☎ 23・5105

期間 4月5日~6月14日まで
 (火曜日 10:00~12:00・10回)
会場 上田スター商会
対象 市内在住・在勤の女性および60歳以上の男性
定員 30人
参加料 4,000円
申込み 3月7日(月)~25日(金)に参加料を添えて体育課へ

相談

農地何でも相談会

農業委員会事務局 ☎ 23・5466

農地の転用・売買・相続・贈与・地目変更など、農地に関して困っていることや、疑問に思っていることがありましたら、お気軽にご相談ください。地元農業委員と事務局職員が相談に応じます。

地区	日時	場所
小泉浦里室賀	3/12(土) 9:30~12:00	川西公民館
塩田	3/12(土) 13:30~16:00	塩田公民館
豊里殿城	3/14(月) 19:00~20:30	農村環境改善センター
神科	3/17(木) 19:00~20:30	JA信州うえだ神科支所
城下川辺	3/19(土) 9:30~12:00	上田創造館
神川上田塩尻	3/19(土) 9:30~12:00	中央公民館

お知らせ

人工透析の通院費用を助成

福祉課 ☎ 22・4100 内線1603

助成期間 平成16年10月~平成17年3月までの通院費用
対象 ①~③すべてに該当する方
 ①市内在住で、腎臓機能障害の身体障害者手帳1級に認定された方
 ②片道2km以上通院する方
 ③市税の滞納をしていない方
申請方法 必要書類をお渡ししますので、3月10日までに福祉課へご連絡を(必要書類は郵送可)。

重度心身障害の方へ タクシー利用料を助成

福祉課 ☎ 22・4100 内線1608

移動に支障のある障害をお持ちの方を対象に、タクシー利用料の助成を行います。対象は次のとおり(1~5全てに該当する方、ただし2は①か②に該当する方)。
 1 市内に住所のある方
 2 ①療育手帳 A1、A2の方/②身体障害者手帳 下肢または体幹機能・視覚障害1級、2級の方
 3 世帯員全員の平成15年分所得税額の合計が42,000円以下の方
 4 自動車税または軽自動車税の減免を受けていない方
 5 市税に滞納がない方
助成額 利用1回につき630円限度
利用可能回数 最大で年間24回(4月までに申請した場合)
申請方法 申請書に必要事項を記入して福祉課へ(平成16年度受給者には、申請書を送付します)。4月からの助成を希望する方は、3月16日(水)までに提出してください。
問合せ 福祉課

侍学園スクオーラ・ 今人特別講座 人間イキチカラ シリーズ9

NPO法人侍学園スクオーラ・今人
 ☎ 38・0063

「夜回り先生」水谷 修さんが 熱く語る「生きるって何だ」

◆日時 3月13日(日) 14:00~(13:30開場)
 ◆会場 上田市民会館 入場料【無料】
 ※公共交通機関を利用してお越しください。

子どもたちを守るため、自分の命をかけている水谷先生の生きざまを通し、生きることを真剣に考えます。



プロフィール

みずたにおさむ：
 1956年横浜生まれ。教師生活のほとんどもを少年の非行・薬物問題に捧げ、「夜回り」と呼ばれる深夜パトロールを行いながら、若者の更生に力を注ぐ。メディア出演や講演を通して、少年非行の実態を広く社会に訴えかけている。

講座・教室

「くらしの教室」講演会

生活環境課 ☎ 23・5120

身近な相続関係の問題について、弁護士を招き、最近の相談事例を通して分かりやすく講演します。また、講演会終了後に質問の時間も取ります。

日時 3月25日(金)

13:30～15:00

会場 上田駅前ビル パレオ 5 階

講演 遺産相続について

講師 武井美央さん(県弁護士会)

受講料 無料

その他 なるべく公共交通機関をご利用ください。

子育て応援講座

川西公民館 ☎ 22・5004

子育て中のお母さんたち、ほっとひと息ついたり、たまには子どもから離れてリフレッシュしませんか。

日時 3月14日(月) 13:30～15:00

場所 川西公民館

内容 トークと歌のひととき

講師 こんのひとみさん(シンガーソングライター・エッセイスト)

託児 託児希望の方は、申込み時にお申し出ください(託児料 200 円。当日の託児申込み不可)。

申込み 川西公民館

わくわく講座

エコ・ハウス ☎ 23・5144

【布ぞうり作り】

日時 3月22日(火)・28日(月) 10:00～15:00

持ち物 ものさし(20 cm程度)、はさみ、お弁当、木綿の布(ゆかた、

シーツ、布団カバー等)

参加費 100 円

定員 15 人

【ネクタイから化粧ポーチ】

日時 3月17日(休) 10:00～15:00

持ち物 ネクタイ 2 本、裁縫道具、お弁当

参加費 400 円(材料費含む)

定員 15 人

●修理工房からお知らせ

【刃物研ぎ(無料)】

日時 毎週水曜日 13:00～16:00

内容 1 人 1 回 1 本限り(1 日限定 10 本)

美術教室(洋画・木彫・版画)

山本鼎記念館 ☎/☎ 22・2693

受講期間 4 月～12 月の毎月 1 回(全 8 回) 9:00～16:00

定員 先着 20 人

受講料 6,000 円(8 回分)

申込み 3 月 28 日(月)までに受講料を添えて山本鼎記念館へ

その他 初心者の方へは道具斡旋。

教室名	対象者	講師
洋画 A	初心者	依田美知枝さん
洋画 B	洋画 A 修了者、経験者	守口爽和さん
木彫 A	初心者	徳武忠造さん・清水義博さん
木彫 B	木彫 A 修了者、経験者	茂木文雄さん・井出光夫さん
版画	初心者・経験者	塩沢順四郎さん

上級防火管理者講習会

消防本部予防課 ☎ 26・0029

日時 3月17日(休) 13:30～16:30

会場 消防本部 3 階(大手 2-7-16)

対象 防火管理者としてのおおむね 5 年を経過する方、または防火管理者

の資格があり受講を希望する方

定員 先着 100 人

受講料 無料

申込み 3 月 7 日(月)～14 日(月)に消防本部予防課へ

その他 車でのお越しの方は、市民体育館駐車場をご利用ください。

外国語講座(4 月開講・通年)

国際交流協議会事務局

秘書課内 ☎ 22・4100 内線 1117

<ブラジル・ポルトガル語講座>

時間 毎週水曜日

・初級コース… 19:00～20:00

・中級コース… 20:00～21:00

会場 中央公民館

問合せ 浅美さん ☎ 27・5160

<英語講座>

時間 毎週木曜日

・中級コース… 13:30～14:30

・初級コース… 14:30～15:30

会場 ふれあい福祉センター

問合せ 柳原さん ☎ 26・9716

浅井さん ☎ 25・3511

<韓国語講座>

時間 毎週木曜日 20:00～21:30

会場 中央公民館

問合せ 佐納さん ☎ 27・7908

<中国語講座>

時間 毎週金曜日

・初級コース… 19:00～20:00

・中級コース… 20:00～21:00

会場 中央公民館

問合せ 池上さん ☎ 25・3360

やすらぎセミナー

精神障害者地域生活支援センターやすらぎ

☎ 25・2000

心の病気は、だれでもかかる可能性がある病気です。周囲が理解し、支援を行うことで、回復につながっていきます。一緒に考えてみませんか。

JKタウン蒼久保・浦野南団地の購入者募集

長野県住宅供給公社分譲課 ☎ 026・227・4322

	JKタウン蒼久保	浦野南団地
募集戸数	一般分譲住宅 4 戸	一般分譲住宅 10 戸
	宅地分譲 2 区画	宅地分譲 44 区画
土地面積	平均約 254 m ² (約 77 坪)	平均約 307 m ² (約 93 坪)
土地価格	1,025～1,117 万円	701～1,083 万円

※先着順で随時受付けています。

異文化交流・英語を楽しく学ぼう

上田パロッツ(山崎) ☎ 090・2657・9042

気軽に楽しく英語を学びましょう。

日時 毎週月曜日 19:45～20:45

会場 中央公民館 2 階会議室

内容 英語を交えて、気軽にコミュニケーションをします。

講師 ジム・リンチさん

申込み E-mail: sunrise@ipi.jp

イベント

うえだ演劇体験プログラム
2005 春企画

事務局(中村) ☎080・1007・9077
(〒386-0033 上田市御所566 勝和堂内)

劇団「天然工房」が再び上田にやってきます。ワークショップで「触れて」、公演で「観て」、トークイベントで「話し」、演劇に親しんでください。

●ワークショップ

日時 3月6日(日)、21日(月・祝日) 10:00～16:00

参加費 2日間一般2,000円 高校生以下1,000円(1日のみの参加費はお問い合わせください)

●天然工房上田公演

「一郎ラーメン×金の成る木」

日時

・3月19日(土) 15:00～18:00～
・3月20日(日) 14:00～17:00～

入場料

・前売 一般2,000円、高校生以下1,000円
・当日 一般2,500円、高校生以下1,500円
・スペシャルチケット(指定席。事務局のみで取扱います)10,000円

チケット発売 教育委員会生涯学習課、琴光堂、平安堂(上田店、しおだ野店、長野店)

●アフタートークイベント

日時 3月19日(土) 18:00～の公演終了後

参加費 無料

会場 旧一中跡地(体育館、音楽室)

上田の雛人形展

博物館 ☎22・1274

今回新たにお借りしたお雛様を中心にした展示会です。お姫様の婚礼調

度を模した雛道具にちなみ、上田ゆかりの姫君の華麗な婚礼調度も同時に展示しています。

期間 4月17日(日)まで(水曜日・3月22日休館)

会場 博物館(上田城跡公園内)

展示説明会 3月13日(日) 13:30～

募集

地域づくりのキーパーソンを
訪ねる旅参加者募集

生涯学習課青少年係

☎23・5104 / ☎23・5103

上田市の将来を担う青年が地域づくりの実践者を訪ねます。

日程 3月26日(土)～27日(日)(1泊2日)

目的地 滋賀県長浜市

内容 古い建物を活かした「黒壁スクエア」、まちづくり活動の中心である「NPO 法人まちづくり役場」などを見学し、長浜のキーパーソン笹原司朗さんにお話を伺います。

定員 10人

締切り 3月18日(金)

費用 1万円程度

申込み・問合せ 生涯学習課青少年係

チャレンジショップ出店者募集

上田商工会議所 ☎22・4500

上田市TMOでは、チャレンジショップ事業(2坪程度のブースに出店し、独立開業に必要な経験とノウハウを学んでいただき、中心商店街への開業を推進する起業支援事業)への出店者を募集します。

対象 業種は小売りまたはサービス業(飲食店を除く)。経験不問。

出店期間 3か月(平成18年3月まで更新可)。

出店費用 1坪あたり1万円/月

応募締切り 所定の応募用紙に関係書類を添えて、4月15日(金)までに上田商工会議所へ

講座・教室

地元学のすすめ講座

「まちなか探検隊 PART Ⅲ」

中央公民館 ☎22・0760

日時 3月26日(土) 13:30～15:30

内容 馬場町・大工町・袋町・海野町南北裏界わいを歩き、道に残る歴史を訪ねます。親子で参加大歓迎。

講師 森田由紀子さん(上田社会教育大学)、上田社会教育大学歴史研究科の皆さん

集合場所 中央公民館

受講料 150円

その他 歩きやすい服装で集合

申込み 資料準備のため中央公民館へ事前にご連絡を(当日参加可)。

ささらの湯の体験教室

室賀温泉ささらの湯 ☎31・1126

●ガーデニング教室

期間 全15回・毎回火曜日を予定

時間 9:30～11:30

定員 15人(申込多数の場合抽選)

受講料 1,500円

申込み 3月25日(金)までに室賀温泉ささらの湯へ

●ハム作り・ソーセージ作り体験

地元畜産農家の指導によるハム作り、ソーセージ作りです。

期間 4～5月、11月～3月

受講料 ハム作り…1人1,500円

ソーセージ作り…1人600円

ハム、ソーセージは持ち帰れます。

希望によりバター作り体験あり。

申込み 室賀温泉ささらの湯

斎藤隆夫 絵本原画展

市立図書館 ☎22・0880

斎藤隆夫さん(青木村在住)の絵本『まほうつかいのでし』の原画と絵本作成時の資料を展示します。

期間 3月20日(日)～26日(土)
9:30～17:00(26日は16:00)

会場 上田創造館2階 美術館

講演会 3月20日(日) 14:00～
(創造館1階研修室)

講師 斎藤隆夫さん・

川崎康男さん(福音館書店編集者)

入場料 無料

その他 原画展のお手伝いをしてくださる方を募集しています。希望の方は図書館へご連絡ください。

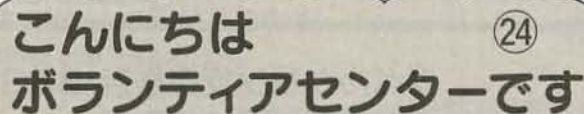


ごめい福を
お祈りします

竹下	宮下	今村	藤原	元島	中村トキ子	石井三八五	鶴田	小林	土屋	倉島	六川	大澤	中澤	常盤	茨木	勅使川原幸晴	清水	小松	杉崎	山岸	金井	
元	みづ	恵子	正女	操	トキ子	三五五	武子	寛治	政男	壽美子	八重子	正一	良市	すき	千一	学海	義則	忠一	孝人	晋一	昌憲	
山田	下川御	中野	長島	上田原	占原	占原	愛宕町	下小島	上紺屋	金剛寺	上青木	千曲町	南天神町	鍛冶町	北常田	踏入	川辺町	西脇	岩下			
92	81	34	70	85	70	99	70	82	81	51	75	87	89	98	77	57	86	75	93	65	79	88

と き	催 し	開演	入場	問 合 せ
3/11(金)	市民劇場例会	18:30	会員券	上田市民劇場 ☎ 22・9697
3/12(土)		13:30		
3/13(日)	侍学園 特別講座	14:00	無料	NPO 法人侍学園 ☎ 38・0063
3/27(日)	第40回 上田民踊まつり	10:00	無料	上田民踊連合会 ☎ 22・0741

日時 3月19日(土) 15:00～17:00
場所 キネマギャラリー幻灯舎(松尾町)
受講料 2,000円(軽食代含む)
申込み 幻灯舎 ☎21・7280



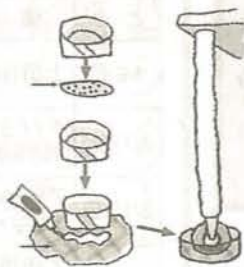
■問合せ 上田市ボランティアセンター
上田市中心3-5-1 上田市ふれあい福祉センター内
TEL・FAX 25-2629 URL <http://www4.ueda.ne.jp/~uedashakyo/>
開設時間 平日 8:30 ~ 20:00 土曜 9:00 ~ 16:00



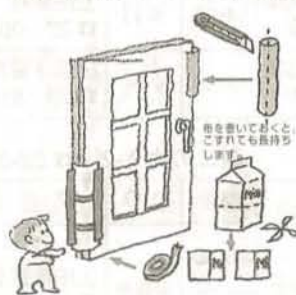
子どもを事故から守るひと工夫

●キャスター付きワゴンには缶詰の空き缶でストッパーを

キャスター付きワゴンは子どもにとってはおもちゃ。必ずストッパーをかけましょう。



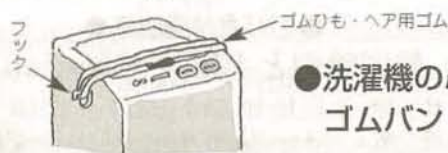
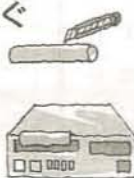
●玄関のドアでの指はさみ事故を防ぐ



ちょうつがい側は牛乳パック、取っ手側はラップの芯を使います。玄関のドアで手や指にけがをしたり、強風でボタンと閉まらない工夫をしましょう。

●ビデオデッキのテープ口をふさぐ

ラップの芯を縦に切ってテープ口にはめれば、テープ口に突っ込んだ手が抜けなくなって脱臼するなどのけがも防止。

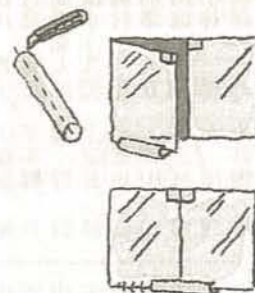


●洗濯機のふたもゴムバンドで

【母子衛生研究会「不慮の事故と救命手当 乳幼児の事故予防・救命手当マニュアル」より】

●ガラスのキャビネットもロックする

ラップの芯を縦に切り、片方の扉を閉めたら、真ん中に動かしてロックします。開閉時は左右に動かせば OK。



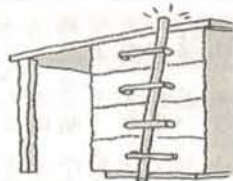
●入り乱れた電気コードはまとめる



ホースを縦に切りコードを中に入れば、足を引っかけて転倒しない工夫ができます。

●テーブルの角にはコーナークッションを

コーナークッションは市販品もありますが、ゴムホースを使えば簡単で安上がりです。



●取っ手のある引き出しは棒をさす

保健ガイド

HEALTH
GUIDE

健康推進課 ☎ 23・8244

お子さんの予防接種はお済みですか

3月1日～7日は子ども予防接種週間です。

入園・入学を控えたこの時期に、もう一度お子さんの母子健康手帳の「予防接種の記録」をご覧になり、受け忘れていた予防接種がないか確認し、受けていない予防接種は早めに受けましょう。

【集団接種】公民館等の会場で集団で実施

【個別接種】市が委託する市内医療機関で実施

※接種費用は、対象年齢の範囲で市が行う場所・時期で受ける場合は無料です。詳しくは、赤ちゃん手帳や保健ごよみをご覧ください。か、健康推進課へ。



ツベルクリン反応検査・BCG 予防接種が変わります

今年4月から結核予防法の改正に伴い、ツベルクリン反応検査が廃止されます。また、BCG予防接種の対象者年齢が、4歳未満から生後6か月未満へ変更されます。

平成16年11月以前生まれで4歳未満のBCG未接種のお子さんを対象に、下記の日程でツベルクリン反応検査・BCG予防接種を行います。4月以降、生後6か月を越えたお子さんは、BCG予防接種が受けられませんので、この機会に接種することをお勧めします。

ツベルクリン	BCG	会場
3/7(月)	3/9(水)	中央公民館3階大会議室 13:30～14:10
3/14(月)	3/16(水)	

※ツベルクリン反応を行い、48時間後に判定して、陰性の場合にBCGを接種します。

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～

3月の
テーマ

子どもの事故予防

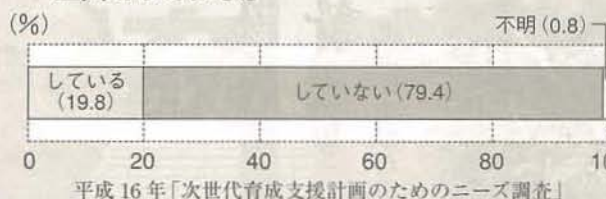
健康推進課 ☎ 23・8244

子どもの事故は予防が一番！

日本では、幼児から小学生にかけて、子どもの死亡原因の第1位は「不慮の事故」です。具体的には窒息が7割を占め、次いで「水に溺れる」「交通事故」「転落」の順です。市民の皆さんに事故に関するアンケート調査を行った結果は次のとおりです（子どもは水深10センチでも溺れてしまうことがあります）。



■風呂場のドアを子どもが一人で入れない工夫をしているか



■子どもの事故を体験した親の割合



今月のチャレンジ

～知力・体力・想像力！フルに使って事故予防～

風呂場の水
抜いて安心
鍵して安心
ひとりで行かせぬ
風呂場には
【溺水予防】

直径が
40ミリは
危険サイズ
飲み込む前に
床上1メートル
【誤飲予防】

元気っ子
高いところがだ～い好き
すってんころりんする前に
角はおおって
踏み台どかす
【転落予防】

好奇心
旺盛だからつい触る
蒸気・温風・コンセント
みそ汁これも
大人がガード
【やけど予防】

今日のメイン事業

来て・見て・考えて 子どもの事故予防！

注意していても起きてしまう子どもの事故。
事故が起きた時とっさに対応できますか？
予防法と応急手当を体験しましょう。
つどいの広場で待ってます（申込み不要）。

■日程・会場 3月8日(火) 東塩田児童センター
3月10日(木) 神科児童センター

■救急法体験時間 1回目：10:30～11:00
(いずれの日も) 2回目：11:00～11:30

東塩田児童センターと神科児童センターでは、歯科医師の「事故による歯のけが・その対応」ミニ講座と無料歯科検診があります。



お知らせ

育児学級講演会

子どもの早寝早起きの良さ、成功の秘訣をお伝えします。お気軽にどうぞ（先着50人。申込みが必要です）

■日時 3月18日(金) 14:00～16:00
(受付13:30～)

■場所 上田市医師会館2階講堂

■演題 「子どもの育ちと眠り」

■講師 神山 潤さん
(東京北社会保険病院副院長)

■対象 0歳～3歳児の保護者（家族）
妊婦とその夫

■その他 託児はありません。

■申込み・問合せ 健康推進課

啓
執

二十四節氣

虫が地面のぬくもりを
(けいちつ) 三月五日



【二十四節気】
節分を基準に、一年を二十四等分して約十五日ごとに分けた季節で、冬至から約十五日ごとに節気（せつき）と中期（ちゅうき）が交互にある。日付は年によってずれる。



Vodafone



DoCoMo



30



うえだ

No.1410

- 上田市役所 / TEL 0268-22-4100 FAX 0268-25-4100
- 市政提言電話 / TEL 0268-25-2539
- 市政提言 FAX / FAX 0268-23-5111
- 市政提言電子メール / mayor@city.ueda.nagano.jp
- インターネット上田市のホームページ /

URL <http://www.city.ueda.nagano.jp/> (広報ほか市政情報掲載)

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/>

2005年3月1日発行（毎月2回／1日・16日発行）

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

R100



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。