

伝統を守る

(29)

折り箱製造

木の香漂う 手作りの味

■小林義男さん(69歳・海野町)

日本人は、昔から木を暮らしの中に取り入れ、きめ細かく使い分けてきました。折り箱もその一つで、古くは仏教が伝来した六世紀に中国より伝わったといわれています。

高く積まれた折り箱の中で、黙々と働いている小林さんは、海野町で折り箱屋を始めて三代。四代の裕さん(三十五歳)も手伝っています。

木製折り箱はシナ材の薄板を特製の毛引で両面に切り込みを入れ、割り、それ

を組んでホッチキスで留めます。そして上板や底板をのり付けして仕上げます。

「やはり、容器は木製折り箱が基本。化学製品は吸収性がないから、水分がこもっちゃう。だから傷みやすいんだ」と話すように、木には通気性と若干の殺菌性そして温かみが共存しています。

現在はプラスチック類に押されきみですが、「日本人が米を食べている間はなくならない」と心強い言葉が返ってきました。



「戦前までは若い職人が3、4人いたよ」と話す小林さん。写真は、経木(折り箱の材料)に続飯(のり)を付けて、上板をはる作業

9月1日は防災の日

2・3

結核レントゲン検診を受けましょう

4・5

お知らせ号

〈再生紙を使用しています〉



今年は東塩田小グラウンドが会場。多くの皆さん、ご参加ください

災害の備えは だいじょうぶ？

今年も九月一日火の「防災の日」に、全市で「上田市地震総合防災訓練」を行います。おおせいの皆さん、ご参加ください。

9月1日は「防災の日」です

東塩田地区が重点地区

午前八時四十分には駿河湾沖を震源とする大地震が発生。上田市全域で被害が生じ、特に東塩田地区の被害が大きいとの想定で東塩田・富士山地区、東塩田小グラウンドで訓練を行います。救助訓練、初期消火訓練、放水訓練などさまざまな訓練を行いますので、多くの皆さんのご参加をお願いします。

なお当日は、周辺一帯で交通規制が行われますので、ご了承ください。（下図）
■アマチュア無線局の皆さんへ

訓練種目の一つとして、アマチュア無線局による非常通信訓練を行います。

この訓練は、地震により通常の通信施設が破壊されたという想定で、本部（市役所）と各局との交信（メリット測定など）や現地本部との情報伝達を行うものです。

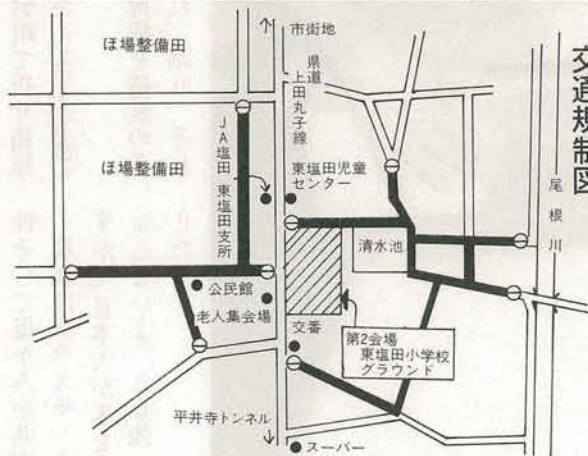
多くのアマチュア無線局の参加をお願いします。

▽訓練時間 午前八時四十分～同十一時四十五分
▽使用周波数 144・32 MHz、433・50 MHz、レピーター 439・68 MHz、同 439・80 MHz

問い合わせ

企画課（内線 221・222）
消防本部（☎ 260119）

交通規制図



※会場一帯の道路では、訓練の時間帯に交通規制が行われますのでご協力ください。

県道上田丸子線も一時的に交通規制をすることがありますので、ご承知ください。

また、付近の道路を緊急車両が走行しますので御注意ください。

交通規制図凡例
8:30～12:00

家族でお墓参りを

我が家では、春・秋の彼岸とお盆には必ず親子三代で、御先祖様の送り迎えをしています。

今は核家族が多いせいとか、お盆だからといって子どもたちまでお墓参りさせている家族は少ないかもしれません。でも、御先祖様を大切に、老人をいたわり、みんな仲良く暮らしていくことがいちはん大事なことであり、子どもたちは育つていきます。

勉強も大事、家の手伝いも必要。でも、仏様を守るおじいちゃんやおばあちゃんにやさしく接することは、人間として家族として、もっと大切なような気がします。みんなが健康で暮らせるように、子どもたちが元気に育ちますように、お盆には野倉へ家族そろってのお墓参りです。

平林玲子さん（41歳・五加）

「あなた・わたしの声」への





市の動き

(7月)

- 1日 市民と市長の日 室賀地区温泉掘削事業
成功祝賀会(上室賀基幹集落センター)
- 2日 塩田札所巡り復活推進委員会(塩田公民
館)
- 3日 共同福祉施設「サン・ワーク上田」^{しん}竣工
式(東塩田林間工業団地) 上田坂城バイパ
ス建設期成同盟会
- 5日 上越フェア(海野町イベント広場)
- 6日 諏訪形婦人防火クラブに、自主防災用資
機材が整備(自主防災組織育成事業「宝くじ
助成金」によるもので、(財)自治総合センタ
ーから交付=写真=)



←電池メガホン、消
防用ホース、シャベ
ルなど11種類を整備

- 7日 北陸新幹線建設促進に関する陳情(東京)
- 14日 信州青年連帯の船表敬訪問(12人)
- 15日 全国市長会(東京)
- 17日 部落差別をなくす市民大行動(市民会館)
塩尻保育園建設起工式(上塩尻)
- 19日 県消防操法大会上小地区大会・上小消防
ラッパ吹奏大会(武石村総合グラウンド)
- 21日 上田染谷丘高校ソフトテニス班インター
ハイ全国大会出場表敬訪問
- 22日 アメリカ青年(バージニア州アーリント
ン市・16人)表敬訪問
- 26日 参議院議員通常選挙(市内54投票所)
- 27日 上田わっしょい実行委員会および事務所
開き(上田商工会議所)
- 29日 北陸新幹線建
設促進同盟会総会・
整備新幹線建設促
進総決起大会(東京)
- 31日 上田市関越自動
車道上越線建設促進
協議会総会 真田町
外一市一町共有財産
組合臨時会(真田町
役場)

市民と市長の日

9月4日(金)

午前9時～正午

市長室
(市役所3階)

お気軽に
どうぞ



自治会などの訓練に参加を

午前八時三十分、「駿河湾沖を震源とする大地震が発生するおそれがある」との警戒宣言が発令。上田市警戒本部長(市長)から全市民に避難命令が発せられます。
有線放送、有線テレビ、消防団の広報車、半鐘などでお知らせしますので、自治会・自主防災組織などによる避難訓練、初期消火訓練、消火栓取扱訓練などに参加しましょう。
※市内の一帯地域、消火栓取扱訓練のため付近の水道に赤水の発生するおそれがありますので、ご了承ください。



我が家の 防災 対策

■家族防災会議を開こう
「家族防災会議」といっても堅苦しく考えることはありません。地震が起きたときに家族全員が安全に避難するにはどうしたらいいかなど気軽に話し合うことから始めましょう。家族の集合場所や連絡方法、非常持出品などを確認するのも大切です。また、家族そろって避難場所まで歩いてみることも、いざというときに役立ちます。
①火の元の確認②避難場所の

確認③非常持出品の点検など④家族の連絡方法の確認
■家の内・外をもう一度点検
①倒れそうなものはしっかりと固定する②下水溝、側溝は詰まっていないか、など
■地震が発生したら:
①家族みんなが「火を消せ」と大声を出す②身の安全を守りながら火を消す③テーブルや机の下など安全な位置に身を寄せ
④乳幼児の安全を確保する⑤家屋などの火災・倒壊のおそれがある場合は避難場所へ避難を

投稿を募集しています。三百字以内(住所、氏名、年齢、職業、電話番号も付記。匿名も可)にまとめて、〒386 市内大手一ー一六 上田市役所秘書課 広報担当へ。

テレビ版「広報」 サンデーうえだ

毎日曜日6回放送
6時、9時、正午、15時、17時、22時
でご覧ください。
UOV(上田ケーブルビジョン)

月日	検診会場	対象地区	時 間	月日	検診会場	対象地区	時 間
9月14日(月)	上本郷自治会館	上本郷	前9:30~10:10	9月24日(木)	信金裏有料駐車場	原町	前9:20~9:50
	五加公民館	五加	10:40~11:50		東部地区防災センター	下常田・中常田	10:20~10:50
	下本郷公民館	下本郷	後1:20~1:50		鷹匠町公会堂	鷹匠町・本町	11:20~11:50
	下之郷公民館	下之郷	2:20~3:40		下房山公会堂横	下房山・馬場町	後1:20~2:00
	西前山公民館	西前山	前9:30~10:00		愛宕町公会堂	愛宕町	2:30~3:10
9月16日(水)	西塩田公民館	西塩田	10:30~11:20	9月25日(金)	北常田公会堂	北常田・横町	前9:20~10:00
	十人公公民館	十人公	12:50~1:10		上常田公会堂	上常田	10:20~11:10
	中野公民館	中野	後1:40~2:20		泉町会館	泉町	11:30~11:50
	小島第5班	小島	2:50~3:20		鍛冶町会館	鍛冶町	後1:20~1:50
	コミュニティ集会場				花岡君江さん宅前	上鍛冶町・田町	2:20~2:40
9月17日(木)	日影公民館	上別所地区	前9:30~9:50	9月28日(月)	上房山公会堂	上房山	3:10~3:30
	相染閣	山田バス停付近	10:20~11:20		北天神町公会堂	北天神町	前9:30~9:50
	山田バス停付近	手塚	12:50~1:10		常磐町自治会館	常磐町	10:20~11:10
	福祉事業センター	柳沢公民館	後1:40~2:10		城北自治会館	城北	11:30~12:10
	西塩田事業所	柳舞田公民館	2:40~3:10	9月29日(火)	緑が丘西区会館	緑が丘西	後1:40~2:10
9月18日(金)	柳沢公民館	八舞田公民館	前9:30~10:40		新屋会館	新屋	2:30~3:20
	舞田公民館	八舞田公民館	11:10~11:30		緑が丘北区会館	緑が丘北	前9:30~10:10
	八舞田公民館	八木沢公民館	後1:00~1:40		緑が丘会館	緑が丘	10:40~11:20
	八木沢公民館	学海南北集会場	2:10~2:30	都合で受診できない人は、下記会場で受けてください。			
	学海南北集会場	学海南北	3:00~3:20	9月30日(水)	市役所川西支所	川西地区	12:50~1:10
9月21日(月)	野倉公民館	野手倉	前9:40~10:00		川西社会福祉センター	川西地区	後1:30~2:00
	手塚公民館	手東前山	10:30~11:00		小泉区民会館	川西地区	2:20~2:40
	前山会館	五加	11:30~12:00		吉田公民館	泉田地区	3:00~3:20
	福祉事業センター	五加公民館	後1:30~2:00	10月1日(木)	塩尻地区公民館	塩尻地区	前9:30~9:50
	中塩田事業所	東五加	2:30~2:50		秋和自治会館	塩尻地区	10:20~10:40
9月22日(火)	下五加公民館	東五加	2:30~2:50		常磐町自治会館	旧市内	11:00~11:20
	下組公民館	下組	前9:30~10:10		中之条公民館	城下地区	11:50~12:10
	中組公民館	中組	10:40~11:20		塩田母子健康センター	塩田地区	後1:40~2:00
	平井寺公民館	平井寺	12:50~1:10		川辺町会館	川辺地区	2:30~2:50
	奈良尾公民館	奈良尾	後1:40~2:20	10月2日(金)	三好町会館	城下地区	3:10~3:30
9月25日(金)	鈴子公民館	鈴子	2:50~3:20		金井公民館	神科地区	前9:30~9:50
	滝沢商事駐車場	踏木入町	前9:20~10:10		上野が丘公民館	神科地区	10:20~10:40
	上田市文化センター	常入	10:40~11:30		下郷生活改善センター	豊殿地区	11:10~11:30
	常入自治会館	常入	後1:00~1:20		町吉田公民館	豊殿地区	後1:00~1:20
9月28日(月)	染屋公会堂	染屋	1:50~2:40		大屋公会堂	神川地区	1:50~2:10
	下川原柳町公会堂	下川原柳町	3:10~3:30	10月11日(木)	黒坪消防庫前	神川地区	2:40~3:00
	泉平会館	泉平	前9:20~9:40		上常田公会堂	旧市内	前9:20~9:40
	北大手会館	北大手	10:10~10:40		東部地区防災センター	旧市内	10:00~10:20
	下紺屋町公会堂	下紺屋町	11:20~11:50		上田市文化センター	旧市内	10:40~11:00
9月29日(火)	浮世の湯駐車場	鎌原・西脇	後1:20~2:10	10月12日(金)	鍛冶町会館	旧市内	11:20~11:40
	新町公会堂	新町	2:40~3:10		相染閣	塩田地区	後1:10~1:30
	二白井清重さん宅前	新田	前9:30~10:00		西塩田会館	塩田地区	2:00~2:20
	神科北部転作一	山口	10:30~11:20		東塩田老人集会場	塩田地区	2:50~3:10
	促進センター	金井	12:50~1:30	10月13日(土)	市保健センター	旧市内	前9:20~9:40
9月30日(水)	金井公民館	蛇沢	2:00~2:30		新屋会館	旧市内	10:10~10:30
	蛇沢公民館	上川原柳町	3:00~3:30		新田区民会館	旧市内	11:00~11:20
	上川原柳町公会堂	上川原柳町	前9:30~10:30		上川原柳町公会堂	旧市内	11:40~12:00
	秋和自治会館	上塩尻	11:00~11:50		上野が丘公民館	全市内	後1:30~1:50
9月31日(木)	塩尻地区公民館	下塩尻	後1:20~1:50		神川地区公民館	全市内	2:20~2:40
	下塩尻公民館	諏訪部	2:20~2:40	10月14日(日)	市保健センター	全市内	前9:20~9:40
	諏訪部公会堂	生塚	3:10~3:30		三好町会館	全市内	10:10~10:30
	生塚自治会館	海野町・袋町	前9:20~9:40		川辺町会館	全市内	11:00~11:20
		石神	10:10~10:50		川西社会福祉センター	全市内	12:50~1:10
9月31日(金)		桜	11:20~11:40		塩田母子健康センター	全市内	後1:40~2:00
		倉三好町	後1:10~2:20	10月31日(土)			
		末広町・松尾町・大手町	前9:20~10:00				
		丸堀町・木町	10:30~11:10				
		南天神町	11:40~12:10				
9月31日(土)		上紺屋町・柳町	後1:30~2:00				
		新田	2:30~3:10				

結核レントゲン検診

年に一度は 受診を!

9月2日～10月2日
市内各会場で実施

●保健予防課(内線1374)



結核予防法に基づいて、次により行います。検診は無料です。

▷対象者 今年度16歳になる人および19歳以上の人。ただし、次の人は除きます。①会社、事業所、官庁、商店などの勤務先で検診のある人②高校、大学、専門学校などの生徒・学生③結核で治療中の人④病・医院、診療所などで検診することが確実な人⑤妊娠している人(医師の指示で検診を必要とする人は受診してください)▷持ち物 この広報紙といっしょに配布した受診票に必要事項を記入して、各自切り離してお持ちください。(受診票は会場にも用意してあります)▷結果通知 精密検査が必要な人のみに通知します。▷その他 今まで同時に実施していた一般健康診査は、老人保健法の改正により廃止になりましたので、実施しません。(8ページの「基本健康診査」を参照)

結核レントゲン検診日程表

月日	検診会場	対象地区	時 間	月日	検診会場	対象地区	時 間
9月2日(木)	赤坂公民館	赤坂	前9:30～10:00	9月7日(月)	上沢公民館	上沢	後1:20～1:40
	矢沢公民館	矢沢	10:30～10:50		黒坪消防庫前	黒坪	2:10～2:30
	豊殿地区転作促進研修センター	岩清水	11:20～11:40		久保林公民館	久保林	3:00～3:40
	長入生活改善センター	長入	後1:10～1:30	9月8日(火)	御所公会堂	御所	前9:30～10:40
	永沢分館	永沢	2:00～2:20		朝日ヶ丘児童館	朝日ヶ丘	11:10～11:40
	大日本公民館	大日本	2:50～3:10		小牧会館	小牧	後1:10～1:50
	下郷生活改善センター	下郷	前9:30～9:50		須川公民館	須川	2:20～2:40
	宮之上公民館	宮之上	10:20～10:40		小泉区民会館	小泉	前9:30～10:10
	漆戸公民館	漆戸	11:10～11:30		吉田公民館	吉田	10:40～11:40
	森生活改善センター	森	後1:00～1:20		泉田南部麦大豆等生産振興センター	福田	後1:10～1:40
	農村環境改善センター	小井田	1:50～2:10		川辺町会館	川辺町	2:10～3:10
	中吉田公民館	中吉田	2:40～3:10				
9月3日(木)	下吉田公民館	下吉田	前9:30～9:50	9月9日(水)	超誓寺駐車場	神畑	前9:30～10:30
	町吉田公民館	町吉田	10:20～11:00		上田原自治会館	上田原	11:00～11:40
	上青木公民館	上青木	11:30～11:50		中村自治会館	中村	後1:10～2:00
	梅が丘保育園前	梅が丘	後1:20～1:40		諏訪形公民館	諏訪形	2:30～3:40
	桜台集会所	桜台	2:10～2:30		築地公民館	築地	前9:30～10:00
	ひかり自治会館	ひかり	3:00～3:20		東築地公民館	東築地	10:30～10:50
	大久保公民館	大久保	前9:30～10:10		川辺町児童センター	川辺町	11:20～12:00
	長島自治会館	長島	10:40～11:30	9月10日(木)	泉田山口集会場	泉田山口	前9:30～9:50
	金剛寺公民館	金剛寺	後1:00～1:30		半過公民館	上半過	10:20～10:40
	野竹公民館	野竹	2:00～2:30		下半過生活改善センター	下半過	11:10～11:30
	西野竹生活改善センター	西野竹	3:00～3:20		下之条公民館	下之条	後1:00～1:50
					中之条公会堂	中之条	2:20～3:20
					入組事務所	入組	前9:30～9:50
					原組事務所	原組	10:20～10:40
					室賀基幹集落センター	中組・本組	11:10～11:40
					下室賀生活改善センター	下室賀	後1:10～1:40
					ひばりが丘生活改善センター	ひばりが丘・岳の組	2:10～2:40
					和合消防庫前	和合	3:10～3:30
9月4日(金)	畑山農業生活改善センター	畑山	前9:30～9:50	9月11日(金)	越戸公民館	越戸	前9:30～10:00
	庚申塔そば空地	伊勢山	10:20～10:50		浦野公民館	浦野	10:30～11:20
	樋之沢分館入口	樋之沢	11:20～11:40		藤之木自治会館	藤之木	12:50～1:10
	上野が丘公民館	神科地区	後1:10～1:40		仁古田公民館	仁古田	後1:40～2:20
	富士見台自治会館	富士見台	2:10～2:30		岡公民館	岡	2:50～3:30
	村田健雄さん宅前	住吉が丘	3:00～3:20		千曲町自治会館	千曲町	前9:30～10:20
	岩下公民館	岩下	前9:30～10:00		日向公民館	日向	10:50～11:10
	大屋公会堂	大屋	10:30～11:30		横山作業所	横山	11:40～12:00
	下青木公民館	下青木	後1:00～1:30		保野公民館	保野	後1:30～2:30
	みすず台南公民館	みすず台南	2:00～2:40		上小島公民館	上小島	3:00～3:20
	みすず台北第1集会場	みすず台北	3:10～3:30				
9月7日(月)	岩門集落センター	岩門	前9:30～10:10				
	笹井公民館	笹井	10:40～11:10				
	川原集会所	川原	11:40～12:00				
	林之郷公民館	林之郷	後1:30～2:00				
	神科新屋作業所	神科新屋	2:30～3:00				
	上堀公民館	上堀	前9:30～9:50				
	信濃国分寺資料館駐車場	上堀	10:20～10:50				
	国分公民館	国分	11:20～11:50				



今年も

戸石城登山道 地元の有志で整備

周辺が郷土環境保全地域に指定されている戸石城戸石米山城で、七月十九日、伊勢山登山道の整備が行われました。整備にあたったのは、伊勢山自治会などの有志約三十人。長く生い茂った草を、かまなどを手にていねいに刈つていきました。



女性講座日程と内容

	月 日	時 間	場 所	講 師	テーマ及び内容
1 回	9月22日(火)	13:30～16:00	市役所	天田 邦子さん	女性が行動するって何
2 回	10月8日(木)	13:30～15:30	働くく 婦人の家	小林さん子さん	素敵な生き方を求めて
3 回	10月20日(火)	"	"	金川 文子さん	リーダーの役割
4 回	11月12日(木) ～13日(金)	一泊研修	国立婦人 教育会館	日高 敏隆さん	父性、母性を問い直す
5 回	12月上旬	13:30～16:00	市役所	佐藤 邦夫さん	高齢社会をどう生きる

五回シリーズで、一泊二日の研修旅行も含まれています。
▽日程 左表のとおり ▽受講料 無料 ▽定員 三十人
▽申し込み 九月四日(金)までに厚生課(内線1607)へ。

「女性講座」五回シリーズで開きます

看護力

再開発講習会

受けてみませんか

在宅の看護職で、就業を希望する人のために開きます。長野県看護協会の主催です。
▽とき 九月二十二日(火)～十月五日(月)の六日間(いずれも午前九時～午後四時) ▽ところ 小諸厚生病院
▽対象 在宅の保健婦・助産婦・看護婦(士)・看護婦(士) ▽費用 無料(ただし資料代など千四百円)
▽申し込み 八月三十一日(月)までに保健予防課(内線1375)へどうぞ。

「男の料理教室」働く婦人の家で開催

「おい、飯!」と言っているだけで「どうだ、うまいだろう」と言うのもどうですか。
▽とき 九月九日(水)午後六時十分 ▽ところ 働く婦人の家(材木町一) ▽対象 男性ならどなたでも ▽講師 岩崎敬子さん ▽参加費 五百円程度
▽定員 二十三人 ▽申し込み 八月三十一日(月)までに働く婦人の家(☎272988)または厚生課(内線1607)へ

緑の写真パネル展 10月に開催します

十月は「都市緑化月間」です。市では、緑豊かな生活環境を確保するために、都市公園や街路樹、生け垣などの緑化を推進しています。今月も月間中、「緑の写真パネル展」を開きます。
▽とき 十月五日(月)～同三十

産業構造基本調査

皆さんのご協力を!

10月1日現在で全国一斉に就業構造基本調査(5年ごと)が行われます。この調査は、市民の皆さんの就業状態を把握するために行われるもので、調査結果は雇用対策などの行政資料として広く利用されます。

標本調査ですので、選ばれた世帯のみが対象となりますが、9月下旬に県知事から任命された調査員が、調査票を持って伺いますので、ご協力をお願いします。

▷問い合わせ 企画課統計係(内線1226)



「統計で働く姿を見つめよう」

勤労青少年ホーム 9月からの講座へ

▽対象 市内に住むか、市内に勤務する二十九歳までの人
▽受講料 千二百三十円(手編みは二千六十円)。他に材料費が必要となる講座あり ▽申し込み 八月二十四日(月)から九月四日(金)までに勤労青少年ホーム(☎27117)へ受講料を添えて

日(金) ▽ところ 市役所一階ロビー、文化センター入口ホール
■展示作品を募集
▽題材 緑のある風景または緑とのふれあい ▽規格 四つ切り(カラー、モノクロ) ▽応募期限 十月一日(木) ▽提出先 都市計画課(内線1525)
▽その他 ①応募者全員に記念品を贈呈 ②作品は展示後返却

宅地住宅の法律相談

▽とき 八月二十一日(金)、九月十八日(金)、十月十六日(金)、十一月二十日(金)(時間はいずれも午後一時～三時) ▽ところ 県庁住宅課内宅地住宅相談所(七階・☎26235734) ▽その他 事前に電話予約を。

勤労青少年ホーム 9月開講講座

講座名	曜日	期間(回数)	定員
料理教室	月	9/28～12/21(12回)	18人
着付け教室	水	9/16～12/9(12回)	18人
料理教室	水	9/30～12/16(12回)	18人
手編み教室	水	9/16～2/24(20回)	18人
英会話入門教室	木	9/17～12/3(12回)	20人
料理教室	木	9/24～12/10(12回)	18人
エアロビクス	金	9/18～12/4(12回)	20人

どうぞ。時間は午後零時三十分～九時。電話での受け付けも可。

9月の相談

相談名	日時	会場など
法律相談 (予約制)	9月11日(金) 13:30~15:30	市役所 予約先は生活環境課(内線1389)
	9月25日(金) 13:30~15:30	
人権・悩みごと相談	9月3日(木) 13:00~16:00	生活環境課 (南庁舎3階) 農業委員会 (本庁舎2階)
土地建物相談	9月10日(木) 13:00~16:00	
農地問題相談	9月1日(火) 8:30~17:00	
行政相談	9月14日(月) 10:00~15:00	西武デパート
心配ごと相談	毎週火曜日 10:00~15:00	社会福祉協議会 ☎ 27 2025
法律相談	9月19日(土) 10:00~正午	
法律相談 (予約制)	9月16日(木) 13:30~15:30	上田商工会議所 ☎ 22 4500
保険年金相談	毎週月~金曜日 9:00~16:00	
市民相談	毎週月~土曜日(午前) 9:00~16:00	市役所 生活環境課 児童保育課 ☎ 23 2000 健康相談室 (南庁舎2階) 東部保育園 保育センター ☎ 26 3096
消費生活相談	毎週月~金曜日 9:00~16:00	
児童相談	毎週月~土曜日(午前) 9:00~16:00	
健康相談	毎週月~土曜日 8:30~19:30 (土曜日は12:30)	
子育て相談		

今月の納税

市県民税 2期
国民健康保険税 2期
納期限は8月31日です

自主納付つわな、口座振替が便利です!

特定疾患療養者に 見舞金支給します

市では、特定疾患療養者(スモシ、パーキンソン氏病など)の皆さんに見舞金を支給します。
▽対象 市内に住み、特定疾患医療費受給者証の交付を受けているかた
▽支給額 一万円(年一回)
▽申出期限 八月二十四日(月)
▽申出方法 特定疾患医療費受給者証を持参し、住所、氏名、世帯主氏名を厚生課

「きのこ写真展」の 作品を募集します

(内線1603)へ申し出てください。(昨年見舞金を支給されたかたも申し出が必要です)
きのこ中毒予防月間の一環として「きのこ展示会」きのこ相談室」の開催に併せて、きのこ写真展を開きます。きのこに関連のある写真を募集します。
▽題材 きのこに関連のある

風景・生態写真
▽サイズ カラートリント四つ切り(額またはフレーム入り)
▽応募先 九月二日(木)までに保健予防課(内線1374)・上田保健所(☎23 1260)・上小食品衛生協会(☎27 5667)へ
▽その他
①応募数に制限なし②未発表の作品に限定(作品の裏面に題名、住所、氏名、電話番号を記入)
③作品は展示後返却します



今年は9月19日(土)~21日(月)、上田西武4階で開催

「信州博覧会」前売 入場券を発売開始

信州博覧会の第一期前売入場券の発売が始まります。海外旅行などが当たる抽選会への応募券も付いています。前売券は自

車の日常点検・整備の勉強会



(社)長野県自動車整備振興会では、運行前点検・タイヤ交換などの点検・整備について勉強会を開きます。
▽とき 九月五日(土)午後一時~四時
▽ところ (社)長野県自動車整備振興会上田支部(住吉六五・上田自動車検査場内・☎22 6392)
▽その他 ①参加無料②先着五十人③電話での申し込み可

「事業所名鑑」作成に ご協力ください!

市では、全業種を対象に「事業所名鑑(四年度版)」を作成しています。これは異業種間の交流や産業の振興に役立てたいというものです。今年一月以降、次の項目に変更があった工場、事務所、店舗などは、商工課(内線1403)までご連絡ください。
▽項目 名称、代表者、所在地、電話番号

前売入場券一覧表

券種	区分	第1期前売期間 7月17日全 ~12月31日火
普通入場券	大人	2,100円
	高校生	1,300円
	小・中学生	900円
	幼児	400円
アルピーバス (会期中何回 でも使用可)	大人	5,000円
	高校生	3,000円
	小・中学生	2,000円
	幼児	1,000円

※大人とは18歳以上、幼児とは満4歳以上小学校入学前の人

治会を通じてあつせんします。
▽問い合わせ 企画課(内線1224)

●小宮山詩織ちゃん

(10か月・上田原)

「今、もつばら歩きたい
盛りです。ビニールプー
ルで水遊びをするのが好
き」と田の祐子さん



保健ガイド

保健予防課（内線 1374）

●9月の乳幼児健康診査

▷受付時間 いずれも午後1時～2時 ▷持ち物 母子健康手帳、バスタオル（4・10か月児）、歯ブラシ（1歳6か月児）。1歳6か月児は、赤ちゃん手帳の中にある健康診査票に記入してお持ちください。3歳児の健康診査票は、様式が変わりました。また、視聴覚検査のアンケートも変わりましたので用紙をお送りします。ご記入のうえ健康診査にお出かけください。

市保健センター（市役所南庁舎2階）

健 診	実 施 日	生 年 月 日
4 か 月	9月8日	4. 4. 16～4. 30
	9月22日	4. 5. 1～5. 15
10 か 月	9月10日	3. 10. 16～10. 31
	9月29日	3. 11. 1～11. 15
1歳6か月	9月9日	3. 2. 16～2. 28
	9月16日	3. 3. 1～3. 15
3 歳	9月11日	元. 8. 1～8. 15
	9月30日	元. 8. 16～8. 31

塩田母子健康センター（塩田地区）

4 か 月	9月7日	4. 4. 16～5. 15
10 か 月		3. 10. 16～11. 15
1歳6か月	9月4日	3. 1. 16～3. 15

川西社会福祉センター（川西地区）

4 か 月	9月1日	4. 4. 16～5. 15
10 か 月		3. 10. 16～11. 15
1歳6か月		3. 2. 16～3. 15

●肺がん検診

年々肺がんで死亡する人が増えています。上田市では、平成3年中に40人のかたが亡くなっています。がんは早期に発見することが大切。進んで検診を受けましょう。

▷対象 40歳以上の人 ▷検査方法 胸部レントゲン撮影。なお、痰の検査は、①50歳以上で「1日のたばこの本数」×「喫煙年数」が600以上の人、②最近6か月以内に血痰のあった人について行います。▷受診料 レントゲン検査は200円（痰の検査を加えると500円）。ただし、次の人は無料です。①70歳以上の人。65歳以上で一定の障害があり、市長の認定を受けた人、②生活保護世帯、市民税非課税世帯の人（②に当てはまる人は受診前に連絡を）。▷検査日程 11月上旬に各地をレントゲンバスが巡回します（申込者には個人通知します）▷申し込み 9月30日（木）までに「住所・氏名・生年月日・電話番号」をはがきか電話で保健予防課まで連絡してください。

お受けください

基本健康診査

成人病は習慣病ともいわれ、長い間の生活様式と深い関連があり、40歳を過ぎたころから急増しています。慢性的で、無症状期が長期にわたり、発症後も急性悪化と回復の繰り返しを経て、次第に生理的諸機能が失われていきます。

人生80年といわれる今日、長生きしたことを喜べるために、成人病の早期発見、早期治療を心がけましょう。市では、次のとおり基本健康診査を行います。

▷対象 40歳以上の人 ▷受診場所 市内病・医院（事前に受診日時などを確認してください）▷受診料 1,000円。ただし、70歳以上の人、65歳以上で老人保健法の医療受給者、生活保護世帯の人および市民税非課税世帯の人（保健予防課で無料券を発行）は無料です。

▷受診方法 3月に「各種検診の申込書」により自治会を通して申し込んだ人は8月から11月の間に基本健康診査記録票をお送りしますので、受診してください。申し込みのない人で受診希望者は保健予防課へご連絡ください。▷その他 昨年まで結核レントゲン検診時に、公民館などで実施していた検診車による一般健康診査は、老人保健法の改正により、今年から廃止になりました。

検査項目からわかる主な病気と異常

項 目	検 査 内 容	どんな病気がわかるか
問 診	自覚症状 既往歴 日常生活	
身体計測	身長 体重	肥満 やせすぎ
血 圧	血圧測定	高血圧 低血圧
検 尿	蛋白 糖 潜血 ウロビリノーゲン	腎臓病 糖尿病
血液一般	*赤血球 *ヘマトクリット *ヘモグロビン	貧血
血 液 生 化 学	GOT GPT γ-GTP	肝臓病 肝硬変 アルコール性肝炎 過飲
	総コレステロール 中性脂肪	動脈硬化 糖尿病 甲状腺腫
	HDLコレステロール	動脈硬化
	クレアチニン	腎臓病
	*血糖	糖尿病
*心電図		心臓病
*眼底検査		動脈硬化 糖尿病性変化など
診 察		総合的な診断と指示

＊印の検査は医師の診断に基づき選択的に実施します。