



上田城跡整備の一環として、現在、南北の隅櫓をつなぐ櫓門の建設が、江戸時代の伝統的工法を基に進められています。城跡公園の桜が満開の4月19日、3本の梁の一つで門の正面に置かれ、中心木となる冠木=写真右側=が柱の上に組み込まれました。

樹齢1,000年のヒノキ材で幅46センチ、高さ70センチ、長さ12メートル、重さ2トンの冠木は、クレーンでつり上げられ、両側の石垣にピッタリと収められました。櫓門は昨年10月30日に起工式が行われ、今年7月に棟上げ、来年3月には完成の予定です。櫓門の復元は、2棟の櫓とともに上田城跡の歴史的景観を印象づける重要な建物となります。(写真は南櫓から撮影)

はり 梁が石垣結ぶ

やくや 復元進む、上田城櫓門

データ (4月1日現在)

人口/120,149人 (-418)	男/58,686人 (-250)	女/61,463人 (-168)	世帯/40,160 (-246)
外国人登録者数/1,564人 (-66)	男/1,008人 (-50)	女/556人 (-16)	()内は前月比

潤いのある散策道に

戦国時代、真田昌幸によって築かれ、四百年の歴史を誇る上田城。現在でも市内はもちろん、近隣の真田町や東部町などに真田氏ゆかりの史跡が残り、これらの圏域に住む人たちの憩いの場として親しまれています。

このように歴史的に恵まれた地域の文化を保存し、圏域住民にはやすらぎの場として、また観光客には真田一族のロマンを語る場としての整備を図る、広域市町村圏のプロジェクト「真田一族ロマンの里づくり」が行われています。

市では、このプロジェクトにかかわる事業として昭和六十二年から「歴史の散歩道」の整備を進めてきました。これは、上田城跡を中心とした一つのルートを整備して、市民や観光客に歴史にふれながら散策してもらうのがねらいです。総事業費は三億一千二百万円。

石畳や灯ろうを設置

これまで上田城や周辺のまち並みに合わせて、各通りごと特徴ある散策道に仕上げました。歩道には石畳や灯ろうなどを設

置し、城下町の雰囲気を出しています。(4・5ページ図)

■末広通り散策道

昔ながらの土の色。カラー舗装と石畳をほどこし、歩く人によさしい道となっています。

■お堀通り散策道

市指定文化財の上田藩主居館表門(現上田高校正門)、土堀、堀に合うように整備しました。石畳などのほか、ライトアップ

まちに潤いをもたせ、歩く人たちに城下町の歴史にふれながら、ゆっくり散策を楽しんでもらおうと、市が整備を進めていた「歴史の散歩道」が一部を除いて完成しています。上田城跡を中心とした城下町の散策にも、きつと広がりが出ることでしょう。この新しいプロムナード、皆さん、気軽に歩いてみてはいかがでしょうか。意外な歴史の発見ができるかもしれません。

←白壁と石畳が調和した坂下通り散策道の一部



→大手公園の滝



→二の丸通りの石畳



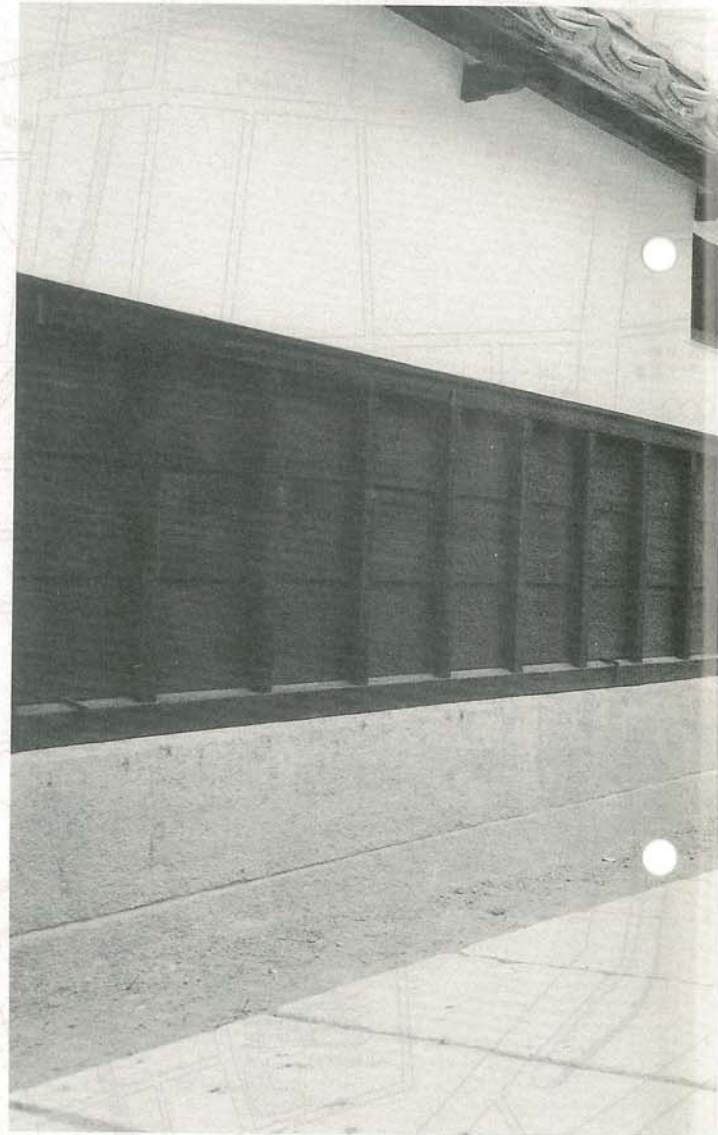
←坂下通り散策道にある石の街灯



石畳の

プロムナード

歩いてみませんか！城下町！



の演出も見逃がせません。

■大手南通り散策道

歩道北側にはガス灯や彫刻、ベンチを配置し、休憩スペースとなっています。「蚕都」をしのばせる繭形の敷石も、見る人を楽しませてくれます。

■大手門公園

城下町上田にふさわしい樹形の一部を利用して作ったポケットパーク。木々の中に滝やガス灯、あずまやがあり、まち中のオアシスといった感じです。

■大手町本通り散策道

三色のブロックを使った歩道。

「真田紐」をデザイン化したもので、夜はガス灯に灯がともり、まち並みに彩りを添えています。

■二の丸通り

枯れ山水風の庭園造りが特徴。敷石には真田十勇士の顔を彫った石板なども見られ、訪れた人々を楽しませてくれます。また、けやき並木遊歩道と接続しており、広範囲な散策が楽しめます。

■いこいの道

レンガ色のカラー舗装と、両側に石畳。市民体育館北側には自然石を敷きつめたスペースもあり、休息の場となっています。

■坂下通り散策道

白壁と調和した石畳に、石の街灯、周辺には木々も多く、ひと昔前を思わせるような仕上がりととなっています。

各所に案内板などを

市では、昨年から行っている新町・諏訪部地区の整備の仕上げとして、今年度、旧松本街道の一部（芳泉寺前の通り・約百二十メートル）を石畳にします。また、各所に案内板を設置し、観光客を含め、多くの皆さんに歩いていただければと考えています。

●問い合わせ 都市計画課（内線1524）



←北国街道裏の矢出沢川沿い



↑伝統的建築物が残る柳町の家並み



↑「櫛形」の一部を利用した大手門公園



→上田藩主居館跡前も散策道に



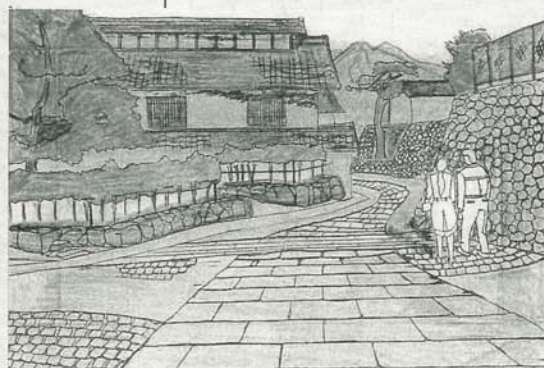
←坂下本通りの芳泉寺

歴史の散歩道ルートマップ



※★は案内板設置場所(予定)

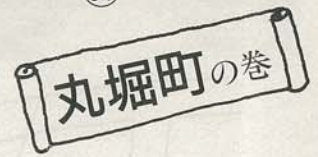
→坂下通り散策道の一角



←今年度整備する坂下本通り(旧松本街道)のイメージイラスト

→二の丸通りは、枯れ山水風の造り





上田藩の会所、時鐘櫓

上田城の本丸と二の丸の堀は今も残っています。三の丸大手の堀は市街地の中に姿を消してしまいました。現在の丸堀町は、長約二二〇メートルの水堀が三の丸大手の堀で、真田氏の時代に造られました。

この堀の水は、原町の西側から七軒町の南側を通り、丸堀町で円形をなして作事場（現清明小学校）の北側へと流れて

いました。

このように丸堀という町名は、三の丸大手の堀の水が、ゆるいカーブを描いて流れている場所に因むと言われております。

丸堀の名が古地図に見えるのは、幕末の弘化四年（一八四七）作成の図で、当時は丸堀通となっています。この町は、上田城の三の丸の中にあり、中級武士の屋敷が並ぶ侍町でした。

また、町の中央には、上田藩の政務を司る会所がありました。この会所は後に常田町に移転し、その跡地は徒士と足輕の住居に変わり、幕末のころには徒士三人、足輕三人が住んでいました。

会所と並んで、上田藩が時刻を伝えた時鐘櫓がありました。場所は丸堀の通りに、七軒町通りが突き当たるあたりです。

時を知らせる鐘が鳴るようになったのは、延宝五年（一六七七）からと伝えられています。鐘をつくのは中間（武士につき従う雑卒）の役目でした。

安政六年（一八五九）十二月十六日のことです。某中間が時の鐘をつき忘れてしまいました。上田藩はこの中間を業務怠慢のとがめ、鐘楼に三日間押し込めるという苛酷な処分をしています。

このように、時を告げる事は藩にとって大切な仕事であったのです。なお、時鐘櫓は明治期に今の上田商工会議所の場所へ移され、昭和九年に上田城跡公園入口に移転、同四十八年には平和の鐘と名づけられ現在に至っております。

景観の認識深めて 「デザインマニュアル」が完成！

景観形成の基本的方向付けを具体的に示した「上田市都市景観デザインマニュアル」が、このほど完成しました。

同マニュアルは、市内で建築物、工作物、屋外広告物などを新設、改修する場合に、より良い景観を形成するために、施主・設計者・施工者に配慮していただきたいポイントをまとめたものです。計画、設計、施工の際に手引書として利用できます。

「デザインマニュアル」の活用により、市民の皆さんには景観に対する認識を深め、積極的にまちづくりに参加していただき、設計者・施工者の皆さんには、より良い景観形成のための手法を創意工夫していただきたいと思います。

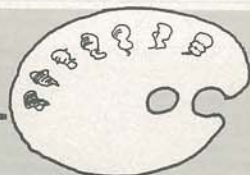
また、長野県景観条例による大規模行為等の届け出に対する指導、助言の場での基準としても利用していきます。

「デザインマニュアル」は、A4判、四十八ページ（オールカラー）で建設部管理課（市役所本庁舎二階）にて一部千五百円で購入できます。

▽問い合わせ 都市計画課（内線1523）



カメラスケッチ



「戦国絵巻」勇壮に！



恒例の春の行事「上田真田まつり」が4月10日に行われました。上田駅前から中央商店街にかけては武者行列が行われ、永野市長のほか、小県郡の町村長が武将にふん装。その他手作り城下町やのど自慢も行われました。

これから仲よくね



4月17日、「新1年生を迎える会」が秋和児童センターで開かれました。毎年行われているこの会、今年は新1年生8人（塩尻小）を約30人の先輩たちが迎え入れ、いっしょにゲームやくじ引きなどを楽しんでいました。

いやですね！事故…



春の全国交通安全運動の一環として4月6日、ヤングドライバー・セーフティキャラバン隊約15人が市役所を訪問。同キャラバン隊は上田市のほか、県内各市町村や企業を訪れ、交通安全に関する啓もうを行いました。



憲法週間

5月1日～7日

憲法は明るい社会の道しるべ





大円寺 (奈良尾)



シダレザクラと カタクリ

大円寺は、慶長七年(一六〇三)鍛冶町の月窓寺二代住職久谷樹昌禪師が開山、真田の家臣池田長門守によつて開基されました。もともとの場所、現在地よりも山奥でしたが、八代住職のときこの地に移ったものです。過去に二度火災に会い、現在の諸堂は江戸末期のもの。

衆寮(経を見たり、法を聞いたりする部屋)には、中国南宋時代(約七百年前)の徑山・無準禪師の書による『選仏場』の額を掲げてあります。「選仏場」とは坐禪堂のことを指します。風格のある書体特徴です。四月十日前後になると、本堂裏手の竹やぶの中で、紅紫色のカタクリの花が咲き誇ります。数百株はあるでしょう。一年のうち十か月を地下で生活し、花を咲かせるのは十日ほど。山門下の参道のシダレザクラと併せて、訪れる人の目を楽しませています。

(大円寺副住職・林紹道さん)

古布でティッシュいらず

伊藤愛子さん(59歳・吉田)



昔から、自分たちの食べたものは自分たちで始末するものと思っているので、裏の畑で生ごみをたい肥にしています。古い障子や板切れて「囲い」を作り、その中に入れるだけです。

また我が家では、古いシャツなどを細かく切り、ティッシュペーパーの代用品のように使っています。使い終わったら紙類などといっしょに、ふろを沸かすときの燃やす材料に。ですから、うちで出るごみはほとんど不燃ごみだけです。



わたしの
ほくの

夢★

ピアノの先生になって
みんなに教えたい

小林由季ちゃん
(東小・2年)



わたしは、週に1回ピアノを習っています。大きくなったらピアノの先生になって、みんなに教えることができればいいと思います。

また、公園にアスレチック

クや花時計があるといいです。一輪車の練習や大なわとびができるような広い場所もあるといい。前に行った少年科学センターみたいなのがあればいい。



その①
自己紹介
日本のイメージ

今回から外国人の見た日本、上田を連載します。

山に囲まれ、自然が豊富

よく考えてみると、「あつと言
う間に」日本は六年目に入りま
した。ちょうど一九八八年四月
七日、二十四時間の旅を楽しん
で、やっと日本に着きました。
春でしたネ。しかし、雨が降っ
てとても寒かったです。そう言
うと、私のところは秋でしたが
まだ暑かったことを覚えていま
す。

ここまできると、私はどこか
ら来ているということが皆さん
はもうご存じでしょうか。「ピ
ンポン」。ブラジルです。私は
日系三世でマルシア紀子・横山
と申します。どうぞよろしくね
!!

大学で「蚕」を研究

ブラジルで畜産大学を卒業し、
体育学部に入學しましたが、修
了する前にこちらへ来ました。
それで、現在、信州大学の大学
院三年生です。勉強は蚕です!
あのかわいい天蚕と柞蚕(ヤマ
マユガ)が私のゲストスターな
んです。

私の父親の方の祖父(母)は
広島県で、母親の方は新潟県か
ら二十歳ぐらいのころブラジル
へ移民しました。コーヒー畑で
頑張ったり、いろいろな苦労し
たと思います。しかし、今はお
ばあちゃんたちはブラジルのこ
とを大好きだと思っています。

日本のイメージと実際

私は日本へ来る前におばあち
やんや友だちなどから日本や日
本人のことを聞いたり、それに
対して自分の日本のイメージを
作りました。いちおう、日本は
建物や人がいっぱい、日本人
は冷たいということです。

でも、大都会のコンクリート
光景と違い、信州は山、山、山
に囲まれていて豊かな自然がい
っぱい! このような所に住んで
いる人たちは冷たい人だと言え
ません。もちろん、どこでも悪
い人と良い人はいますが…。こ
のことを別にして、考え方や習
慣などの違いによって人々の感
動の表し方が異なってくると思

います。

「休みはどうするの?」

また、日本とブラジルとの違
いを少し見てみると、時差は十
二時間で季節は全く反対です。
こういうことで民族的にも、い
くら日系であっても、違いがあ
ることは当たり前でしょうネ。

例えば、時間の過ごし方とい
うか、連休になると日本人は何
をするかどうかが問題になりそ
うです。「休みが長いと困りま
す」や「家族一家で休みになる
と子どもはどうするか」「ゴール
デンウィークのような連休中に
技術を失ってしまう」など、私
は聞いたことがあります。

これはブラジルでは聞かない
ことです。ブラジルでは働くこ
とはまじめに働いています。が、
休むときはのんびりしています。
できれば家族、友だち(多人数
のほうがよいということで)と
海へ行ったり、バーベキューを
したり、いろいろなことで楽し
い時間を皆いっしょに過ごしま
す。

ここでも、もう一つの違いが
生じると思います。日本人の場
合はブラジル人と違って一人で
旅行したり、一人で楽しむよう
とする人が多いのではないでしょ
うか。

「若い」と思い込む

わたしは昔から、できること
にはなんでも挑戦してきました。
現在でも、日常の車の運転やジ
ョギング、冬にはスキーやスケ
ートもやったりします。そもそ
も、今までどこも悪いところが
ないおかげなのですが、わたし
は亡くなった主人(医師)に感謝
しているのです。主人は玄米や
麦などを食べ、ぜいたくな食事
を好みませんでした。ですから、
わたしも体をアルカリ性に保つ

ていられるのです。それに薄着
であること。あと趣味をたくさ
ん持っているのがいいのかし
れません。

「若さ」とは、そもそも心の
持ち方ではないでしょうか。自
分でもう若くないと弱気にな
ってはだめだと思ふのです。で
すから、年をとっても化粧ぐら
いはしていきたくてはと思います
し…。そして「今がいちばん若
い」と毎日思っているの
がとってもいいのでしょうか。



関沢雪子さん
(83歳・新田)

猫のフンにも モラルを

猫のフン、オシッコの
臭いは、犬のフンなんて
いうものではありません。
家族は全員が勤めだと、
当然猫は外。でも外にト
イレはなし。「好きな所で
用を足してきなさい」と
いうことでしょう。軟ら

かく乾いた砂があれば、家の周りや花壇の中
はおかまなし。花は枯れてしまいます。

猫は犬と違ってつないでおけません。猫の
フンの始末はいったいだれがするのでしょうか。
飼い主の皆さん、おおぜいの人が集まっ
て生活していることを銘記してほしいと思
います。せめて、外にトイレを用意して、習慣
付けさせてください。

(匿名)



わたしの場合

①





炒った煙で“脱臭”

お茶の葉の利用

日本の家庭なら、どこにでもあるのが日本茶です。

さて、お茶は飲むだけでなく、飲んだ後の茶ガラもわたしたちの生活に役立ちます。茶ガラは昔から、部屋の掃き掃除に使われてきました。集めた茶ガラを絞って水気を取り、部屋にまいて掃除をします。こうすると、ホコリが立ちません。

また、嫌なおいをとる脱臭剤としても効果的です。茶ガラを一つかみ、フライパンで焦げない程度に軽く炒ります。炒ったお茶の葉を小さなポリ袋などに入れて、冷蔵庫や食

器棚の中に置いておくと、嫌なにおいが消えます。

一つかみをフライパンへ

魚を焼いた後で、台所や部屋に残る生臭いにおいも、お茶の葉は効果的です。まだ魚網が熱いうちに、網の上にお茶の葉を一つまみ落としてください。網の上で焦げたお茶のこうばしい香りで、台所や部屋の生臭いにおいはなくなります。

また、魚などを料理した後、手に生臭さが残っているときにも、お茶の葉が役に立ちます。番茶でも結構です。からお茶の葉を一つかみ、フライパンに入れて焦がします。そのときに出る煙に手を当てると、生臭いにおいが消えます。

魚の生臭いにおいを脱臭する効果が...

お茶はしけると、味も香りもすぐに落ちてしまいます。緑茶をしけさせてしまったら、鍋にお茶の葉を入れゆつくり鍋を回しながら、弱火で軽く炒ります。こうばしい一風変わったほうじ茶ができあがります。

案内

図書館 ☎ 0880



スパイスの誘惑……………落合恵子
絹の道……………平岩弓枝
早春の花、いろとりどり
ビル・クリントンのすべて
……………持田直武
青空……………立松和平
アイコはとび立つ
……………子どもと文学の会
賢治宇宙……………宮沢賢治
長ぐつをはいたねこ……………ペロー
ライオンの考えこと……………増本勲
みつばち家族の大冒険……………小原嘉明
日本史まんが年表……………うめだふじお
泣いた赤おに……………浜田廣介

交換 情報 不用品

不用品になったもの、ほしいものがありませんら、生活環境課(内線1390)へご連絡を。

ゆずります

▽ベビーベッド 無料 ▽赤ちゃん布団セット 五千円
▽電気洗濯機(三台) 二万六千円
▽冷温風機 要相談 ▽携帯用カセット(二台) 三万四千円
▽自転車(小学四年まで使用可) 無料 ▽セミダブルベッド 三千円
▽シングルベッド 二千円
▽スチール事務用机 要相談 ▽テレビ台(コーナー三点セット) 無料 ▽ハイフベッド 五千円
▽陸上スバイクシューズ(女・23cm) 二千円
▽健康ふら下がり機 無料 ▽五月節句飾りセット 一万円
▽学生かばん 三千円 ▽ウォーマルワンピース 一万五千円

先着順に紹介しますので、すでに成約したものはご了承ください。



本文とは関係ありません

ゆずってください

▽ベビーカーシート ▽ふらんこ ▽ベビーカー ▽子ども服(三・四歳) ▽三輪車 ▽ジュニアミキサー ▽ワープ口 ▽掃除機 ▽扇風機 ▽自転車 ▽バイク ▽ガス湯沸器 ▽スチール本棚 ▽鏡台 ▽人形ケース(高さ55cm、横35cm、奥行25cm) ▽野球用スライクシューズ(男・22.5cm)



出産後、気分が沈む

マタニティーブルー

Q

四月に第一子を出産してから何となく気分が落ち着かず、子どもがかわいいという愛情がわきません。どこかおかしいのでしょうか。(二十九歳)

A

出産という大きな仕事を無事済ませることができ、ほんとうによかったですね。

お産の後、夜よく眠れない、食欲がない、気分が沈む、何となく泣きたくてしてしまう、不安でたまらないと訴えるお母さんは少なくないようです。これは、いわゆるマタニティー・ブルーと言われる精神的な症状ですが、一時的なものですから、悩まないで、上手に乗り切りましょう。

このマタニティー・ブルーという症状は、出産によって妊娠を続ける

るために出ていたホルモンが減り、子宮を収縮させ、母乳を出すホルモンが増加するといったように、急激なホルモンの変化が原因です。だれでもがなるんだから、一時的なものなんだからと割り切って、つらいときには、ご家族のかたに赤ちゃんのお世話をお願いして、ゆっくり眠ったり、母親学級でいっしょになったお友だちと話をするのもよいでしょう。

母親になったんだからしっかりしなくてはと頑張ってしまうのは考えものです。気長に考えましょう、どうしても気分がすぐれなかつたり、体調が悪かったら、産科の先生に相談するか、市役所保健婦にご連絡ください。

▽保健予防課(内線1376)



新着

女性の
怒り

「自立」は女性全体で……
女性セミナー

女性セミナーは、メンバー十数人ですが、月一回主に働く婦人の家で、「生きること、考えること」や「女性の自立」などをテーマに考えています。

「これからは女性が社会に参加ではなく、参画していかなければならない」。上田女子短期大学の松田幸子先生の「女の生き方、考え方」は自分たちの指針として、事にあたるとに考えさせられます。

女性の「自立」は自ら立つだけのものではなく、自分を律することも必要。この二つの自立(律)が大切だと思えます。決して自己主張の強い女性が自立しているとはいえないと思うのです。自分だけが突走るのではなく、女性



全体の水準が上がって、自立していかねばと思うのです。松田先生は、「男性は社会へ出ると七人の敵。女性は八人の敵。女性の八人目は自分自身がおとしやいます。思い当たる言葉としてしっかり受け止めています。」

(代表・半田八千代さん)

- どうなる学校五日制……広木克行
- それは経費で落とそう……吉村達也
- 活字三昧……目黒孝二
- 女五十代の生き方……吉武輝子
- 中国の挑戦……
- ……エドワード・A・ガーガン
- いま日本と韓国を考える……金両基
- 琉球の英傑たち……大城立裕
- 潜水艦伊16号通信兵の日誌
- ……石川幸太郎
- 平成トム・ソーヤー……原田宗典
- マリリンは生きていた(上)
- ……ジョージ・バーノウ
- 激動の統合ドイツ……小林浩二
- 禁じられた過去……赤川次郎
- 愛を感じるとき……金賢姫
- 映画とともにいつまでも……淀川長治
- 当世やまところ……山川静夫
- カモシカの生活誌……落合啓二
- 歌舞伎通になる本……小山観翁



5月15日(土)市役所駐車場へぜひ、どうぞ

●●●
無駄をなくし、ものを生かすという観点から、今年も次のとおり開催します。
新品はもちろん、捨てるには惜しい、まだまだ使える商品が盛りだくさんです。ぜひ、ご来場ください。
▽とき 5月15

掘り出し物いっぱい 資源活用広場へ！



市役所は平成5年4月から、保育園、高齢者福祉センター、市民会館、図書館、消防署、産院、クリーンセンターなどを除き、毎週土曜日が休みとなっております。死亡届などは、これまでどおり日曜、祝日と同様に市役所の当直で受け付けます。

応急処置マスター 日赤救急法講習会

●●●
事故を防止し、正しい救急法の知識と技術を身につけましょう。費用3,000円。
▽とき 5月29日(土)・30日(日)
6月5日(土)・6日(日)午前9時～午後4時30分
▽ところ 福祉会館(大手2・市役所東斜め向かい)
▽内容 人工呼吸、傷

日(土)午前9時～午後2時(雨天時は5月16日(日)に延期)
▽ところ 市役所駐車場
▽その他 出店希望者は個人、団体でどうぞ
▽問い合わせ 生活環境課(内線1390)

母親学級で丈夫な 赤ちゃん育てて！

●●●
の手当てなど
込順) ▽申し込み 電話で5月25日(火)までに厚生課(内線1606)へ

安心して出産をし、丈夫な赤ちゃんを育てましょう。予約不要。直接どうぞ。
▽対象 妊娠中の人
▽ところ 塩田母子健康センター(大字本郷55511・☎33149)
▽持ち物 母子健康手帳、筆記用具、ズボン(体操実技用)
▽費用 無料
▽問い合わせ 塩田支所(☎33000)

■母親学級の日程と内容

回	日	内 容
第1回	5月19日(水)	妊娠中の生活と出産準備、赤ちゃんの衣類
第2回	5月26日(水)	丈夫な歯をつくるために、産後の生活
第3回	6月2日(水)	安産のために、妊婦体操、安産体操、呼吸法(ラマーズ法)
第4回	6月16日(水)	産じよく体操、お風呂の入れ方
第5回	6月23日(水)	育児について

※時間は午後1時30分～4時



北陸新幹線丸子トンネル(全長2,320m)の工事は、現在約500m地点まで掘削されています。工事中的の見学会はこれが最後となりますので、この機会にご参加ください。

■とき 5月9日(日)午前10時～正午
■ところ 北陸新幹線丸子トンネル(小牧側入口)
■注意事項 ①服装は作業服のようなもので、長靴、軍手、ヘルメット(バイク用でも可)を着用。②小学校6年生以下は保護者同伴。③駐車場に限り(50台)があるので、車は乗り合いてご来場ください。
■問い合わせ 高速交通課(内線1555・1556)

各ホール イベント案内



(主催者の都合により変更する場合があります)

市民会館

●二の丸1-2・☎0762

月日	催し	時間	入場方法	問い合わせ
5/5(水)	上田こどもまつり			青少年課
13(木)	劇団NL T公演 「二ノチカ」	18:30	会員券	上田市民劇場 ☎9697
14(金)	〃	13:15 18:30	〃	〃
26(水)	ダ・カーポ・コンサート	18:30	会員券	民音 0262 ☎45078
6/4(金)	前進座公演 「怒る富士」	18:30		前進座実行委員会

文化会館

●材木町1-2-3・☎0760

5/9(日)	邦楽4人の会 特別演奏会	14:00	大人 2,300円 (前売り)	邦楽4人の会 ☎9391
30(日)	日本愛吟岳心会 上田岳心会吟詠大会	9:10	無 料	上田岳心会 ☎4430
6/4(金)	水道事業70周年記念講演会 (講師は倉嶋 厚さん)	13:30	無 料	水道局

創造館

●上田原1640・☎0111

5/19(水)	ミキ・グループ講演会 「食について」	12:30	無 料	若林 ☎45656
25(火)	写実画壇上田展 (~6月1日)	9:00	無 料	創造館
30(日)	リバーサルフィルム 入門ゼミ(申し込みは市内カメラ店へ)	8:30	3,000円	長野フジカラー ☎5055

見て、触れて、楽しい
5月は創造館で!

■親子パソコン教室(初級)

▽とき 5月16日(日)午前9時
30分~午後4時 ▽ところ パ
ソコン教室(2階) ▽対象
小学校4年生から中学校3年生
までの初心者親子10組(申込順)
▽申し込み 5月10日(月)午前
9時より電話で創造館(☎231
111)へ

■初心者パソコン教室

▽とき 5月23日(日)午前9時
30分~午後4時 ▽ところ パ
ソコン教室

パソコン教室 ▽対象 小学校4
年生から中学校3年生までの初
心者20人(申込順) ▽申し込み
5月17日(月)午前9時より電
話で創造館(☎231111)へ

■「電気」の謎

▽とき 5月8日(土)午前10時
(約1時間) ▽ところ 第2
科学実験室(4階) ▽内容
電流はどんなものにも流れるだ
ろうか...

■春の星空観望会

▽とき 5月15日(土)午後7時
30分~9時 ▽ところ 天体観
測室(屋上) ▽その他 ①午
後7時20分までに受け付けを済

ましてください。②中学生以下
は保護者同伴で。

■県農民美術連合会作品展

▽とき 5月8日(土)~19日(水)
午前9時~午後4時30分(最終
日は午後1時まで) ▽ところ
美術館(2階)



奮ってね!工業統
計調査のポスター

●●●
全国の製造業を営む事業所を
対象に行われる「工業統計調査」
への理解を深め、協力を呼びか
けるポスターを募集します。

▽規格 A2判、4色以内、
作品の裏に住所、氏名、職業(学
校名、学年)、を明記すること
▽募集期間 5月1日(土)~6月
20日(日) ▽応募先 県庁情報統
計課(〒380 長野市大字南長野
692-2) ▽問い合わせ
企画課(内線1225)

皆さんの真心を!
日本赤十字社社資

●●●
日本赤十字社は、国際的には
飢餓、疾病などの援助、国内で
は献血、災害救援事業などを行
っています。

同社員の増強と社資募集のた
め、自治会役員さんと市赤十字
奉仕団が各世帯を訪問しますの
で、どうぞご協力をお願いしま
す。

▽問い合わせ 日本赤十字社上
田市地区(厚生課内・内線16
08)



「交通災害共済」に 加入しましょう！

● ● ●
今年も交通災害共済の更新時期がやってきました。市では、5月1日付けて申込書をお送りしましたので、ご加入ください。

▽加入方法 ① 5月21日(金)までは自治会で取りまとめます。

会費(500円)を添えて申し込んでください。②自治会へ申し込めなかった場合、市民課、各支所でも受け付けています。

③幼稚園、保育園、小学校、中学校へ通っているお子さんは、各園、各学校から申込書をお送りします。(園や学校で申し込むと300円)。▽加入が無料になる人 生活保護を受けている人、身体障害者(1、2、3級)、療育手帳を持っている人、交通・災害遺児、70歳以上の人(大正12年5月31日以前の生まれ)は

春の行政相談週間・5月16日～22日



苦情や要望を 速やかに解決

「道路標識が曲がっていて見にくい」「工場廃水により、河川の汚れと悪臭がひどい」——こうした地域社会の問題があっても、「役所まで行くのが遠い」「役所には直接言にくい」という人は、最寄りの行政相談員(下表)に相談されることをお勧めします。

行政相談委員は、法律に基づいて総務庁長官から委嘱を受けた民間の有識者で行政に対する苦情や要望を住民から聞いて解決をしていく、最も身近な相談相手です。毎月第2月曜日の定例相談(「広報」16日号で案内)のほか、電話や手紙でも相談ができます。相談はすべて無料で、秘密は厳守されますので、安心してご相談ください。

■合同相談所を開きます

5月16日(日)から22日(土)までは「春の行政相談週間」です。長野行政監察事務所、市などでは「一日合同行政相談所」を次により開設します。お気軽にどうぞ。▷とき 5月21日(金)午前10時～午後3時 ▷ところ 上田西武デパート(天神1)▷問い合わせ 生活環境課(内線1390)

■行政相談委員 (敬称略)

氏名	住所・電話
三井 宣茂	殿城1290(赤坂) ☎ 24 5425
坂田 章	古安曾3986(柳沢) ☎ 38 2457
関 清子	常磐城5-4-6(城北) ☎ 23 1466
長谷川 芽生	御所205-11(御所) ☎ 24 1400

平成5年地価公示 が発表されました

● ● ●
3月26日、国土庁から平成5年の地価公示が発表されました。地価公示は、都市計画区域内の各地域で標準的な使われ方をしている土地(標準地)を選んで、その適正な土地価格を公表し、

市が会費を負担しますので、申し込みの必要はありません。▽県が行う地価調査(10月ごろ公表)と併せて土地を売買する際の目安にしてください。市内には、地価公示の標準地が3地区あり、価格は下表のとおりです。

■閲覧は市役所などで

標準地の地価、標準地が接する道路の種類、幅員、標準地周辺の土地利用状況などを細かく記載した地価公示の関係書面は次の施設でご覧になれます。お気軽に申し出てください。

▽市役所本庁舎(企画課・3)

■平成5年地価公示標準地価格表

標準地の所在 (地番・住居表示)	標準地1㎡ 当たりの価 格(円)	対前年 上昇率 (%)	標準地 の利用状況
上田市緑が丘3丁目728番11外「緑が丘3-21-2」	106,000	新規	住宅
大手1丁目5298番1「大手1-3-11」	188,000	1.1	住宅
中央1丁目5099番2外「中央1-4-5」	1,280,000	0.0	店舗

(価格は平成5年1月1日現在)

▽豊殿支所
▽塩田支所
▽川西支所
▽図書館

ごめい福を
お祈りします

(3月届け出分・敬称略)

小出正憲 中野 68
林和夫 五加 66
吉岡英雄 御所 90
須藤則衛 岩門 59
西沢大寛 手塚 87
小林貞雄 横町 84
北沢徹 生塚 69
成沢信一 緑が丘北 80
渡辺幾久雄 岩清水 85
小林かほる 下紺屋町 81
中島ふ志江 秋和 80
田中英子 上堀 45
塩崎力 畑山 72
橋詰光夫 川辺町 75
中村広三郎 下之条 90
梅原良江 みすず台北 54
田中幾知 福田 67

柳沢吉弥 下小島 82
太田春 岩下 85
宮崎英二 小泉 82
富井重弥 緑が丘北 54
唐沢公子 木町 78
瀬下藤吉 院内 84
清水金次郎 築地 76
成沢妻次 南天神町 85
沓掛悦雄 北常田 82
平田八重子 下之郷 24
山口むつ子 西野竹 59
白鳥忠雄 緑が丘 49
関甲子男 上室賀 82
関幸市 五加 58
井口よし子 院内 84
佐藤虎男 岩門 61
中野忠俊 東築地 56
中村之雄 下室賀 74
関秀雄 緑が丘北 82
荒井古寿 上室賀 65
大塚袈裟雄 大日本 74
並木梅子 三好町 80

米津ふじ子 中村 61
稲葉四郎 長島 69
山岸敏夫 緑が丘北 64
堀内ふさ子 下小島 82
手塚俊助 下本郷 81
西沢三男 中之条 76
小林まさ 大久保 85
倉島保平 伊勢山 85
上原良一 生塚 76
塚原佐市 伊勢山 78
久保田政子 吉田 80
西沢又八郎 手塚 86
松木はつ江 小牧 65
五味よき 緑が丘北 80
日向みき 諏訪形 87
武田平雄 下堀 75
春原孝一 上堀尻 93
滝沢雄平 西脇 51
堀口孝子 蛇沼 59
堀口孝子 蛇沼 59
豊岡孝男 踏堀 85
池田栄勅 分去 80

藤沢正吉 川辺町 84
清水八千代 材木町 39
山本和子 中常田 70
角田満蔵 木町 86
山崎静子 大手町 86
日向則夫 川辺町 68
出野きみよ 倉井 90
宮尾まさ 柳町 74
倉島正 笹井 90
田中庄三 中之条 68
牧野なみ 朝日ヶ丘 70
中沢喜雄 諏訪部 89
花岡益枝 鍛冶町 57
金井芳男 国分 90
六川きみ代 大久保 80
坂口利 赤坂 77
仲沢さと子 川辺町 63
塚田ふじ 下郷 82
佐藤辰吉 常磐町 76
小林広子 蛇沼 0
木村正一 上堀 77
山崎よしを 上堀 73

ご相談ください！
「市中小企業融資」

上田市中小企業融資（制度資金）は、市が長野県信用保証協会と市内の各金融機関の協力を得て、希望する金融機関へ融資のあっせんをする制度です。
資金需要に応えるため、低利な事業資金のあっせんを行っています（下表）。商品の仕入れ、資金繰り、工場・店舗などの建



資金繰り、商品の仕入れに

築、機械・車両などの購入にお気軽にご相談ください。
▽問い合わせ 商工課（内線1402）、塩田商工会（☎3610）、川西商工会（☎2033）

■ 中小企業融資一覧

資金名	融資対象	資金使途	貸付限度	金利(年)	貸付期間
中小企業資金	①市内に居住し、市税を完納している人。	運転資金	1,000万円	5.0%	60か月以内
	②市内に店舗、工場、事務所または事業所を有するもの。	設備資金	2,000万円	5.0%	84か月(土地・建物120か月)以内
	③常時使用する従業員数が30人未満であること。				
経営安定資金	④同一事業の営業実績を継続して1年以上すること。	運転資金	1,200万円	3.9%	84か月以内
	⑤信用保証協会の定める対象業種を営むもの。	運転資金	1,000万円	4.5%	60か月以内
	⑥その他、市が定めるもの。	設備資金			
		運転資金	1,000万円	本人負担3.4% 利子補給1.1%	60か月以内
不況対策資金		運転資金	500万円	4.6%	60か月以内
事業多角化資金		設備資金	2,000万円	本人負担3.7% 利子補給1.3%	120か月以内
倒産防止資金					
小規模企業事業資金					
公共事業資金					

(注1) 融資対象については、各資金ごとに借受資格があるので、商工課まで問い合わせを。

(注2) 上記のほかに、独立開業資金、共同事業資金、公害防止資金などがあります。

編集後記

●先日、久々に高熱を出してダウン。ふだん熱はめったに出さないのに、自分でも驚いてしまった。まあ今こそ比較的丈夫な自分だけれども、実は病弱だった時代も…。「へんとうせん」がしゅちゅうはれて、小学校二年までプールにもくぐれさせられてしまったほどで、思い切って「へんとうせん」を手術で切ってしまった。おかげさまで、あれ以来人生変わったなと感じる。あたりまえのように健康でいることが、どれほど有り難いことか。しかしながら、病気で寝込んでいるときって、なんであんなに退屈なんだろう。(にしざわ)

●上田城櫓（やぐら）門の復元工事現場に入らせてもらった。十二本の柱の周りには、作業用の足場ががっちり組まれているため、まだ概観がピンとこない。でも、ヒノキの香りが心地よい。足場の階段を上り、南櫓の石垣に立つ。冠かぶ木を含めた三本の梁（はり）が、明治初期の取り壊し以来初めて両櫓をつないだこのようにできると、やはり櫓門がないとおかしい。今まで間があきすぎていた」と感じる。完成すれば、二棟の櫓と門が一体的に結ばれ、全体としてすばらしい偉容を誇るのではないだろうか。相乗効果が期待できる。ちょうど桜も満開。来年が楽しみだ。(せま)

健康

ちばん
い●金子知樹^{ともき}くん

(6か月・金井)

「最近、寝返りができるようになりました。ガラガラとよく笑うようにも」と母の富美子さん



保健ガイド

保健予防課 (内線 1374)

■麻しん・MMRワクチン予防接種

▷予防接種は選択で 麻しんの定期的予防接種を実施するときに、同時に風しん、おたふくかぜの予防接種を受けることを申し出ればM(麻しん)、M(おたふくかぜ)、R(風しん)を接種することができます。

問診票に、麻しん単独にするか、MMRにするか保護者の希望を記入する欄と押印箇所があります。赤ちゃん手帳の問診票は使えません。

▷対象者 ①平成3年4月1日から9月30日までに生まれた幼児 ②平成3年3月31日以前に生まれ、今までに麻しんまたはMMRの予防接種を受けたことのない幼児 (ただし6歳未満)。

※MMRの予防接種は、麻しん、おたふくかぜ、風しんの1つまたは2つにかかったことのあるお子さんでも接種できます。ただし定期的麻しん予防接種をすでに受けてある場合は接種できません。

▷実施期間 5月6日(木)から5月31日(月)まで。お子さんの健康状態のよい日を選んでください。

▷実施場所 下表の委託医療機関へ事前に電話などで連絡してからお受けください。接種料金は無料です。

▷持ち物 印鑑(必ずお持ちください)、母子健康手帳(問診票は委託医療機関にあります)

▷接種上の注意 赤ちゃん手帳の中にある予防接種を受ける前、受けた後の注意事項をご覧ください。

▷MMRワクチンの副反応 MMRワクチンの副反応

は麻しんワクチンによる発熱と、おたふくかぜワクチンに由来する無菌性髄膜炎の発生が報告されています。発熱は、被接種者の約20%に37.5度以上、5%以下に39度以上の発熱がみられます。この発熱は接種後5～14日に始まり、2日以内に解熱します。おたふくかぜワクチンが原因であると思われる無菌性髄膜炎はおよそ1,000人に1人の割合で発生していると予想されます。

▷副反応があった場合 副反応(一時的な頭痛、発熱などは除く)が生じた場合には、直ちに医師に相談してください。また保健予防課にも連絡してください。

■麻しん・MMRワクチン予防接種委託医療機関 (50音順)

医療機関名	自治会	電話	医療機関名	自治会	電話
葦沢医院	森	☎2280	嶋村内科小児科医院	常磐町	☎3202
葦沢内科医院	下吉田	☎3330	城南医院	御所	☎3481
荒井医院	下紺屋町	☎0474	豊田医院	下紺屋町	☎1158
飯島医院	築地	☎5011	新美医院	大屋	☎0012
池田クリニック	川辺町	☎5041	日新堂病院	馬場町	☎0558
上田生協診療所	秋和	☎0199	橋本医院	舞田	☎2033
上田原クリニック	川辺町	☎3511	堀内医院	大屋	☎0104
金井内科小児科医院	国分	☎9716	松尾内科小児科	下常田	☎1355
神藤クリニック	長島	☎3331	三原内科医院	中之条	☎6500
熊坂内科	上塩尻	☎1936	宮坂内科小児科医院	下常田	☎0759
小井土内科医院	下川原柳	☎6666	宮下内科小児科医院	上堀	☎1233
甲田内科小児科診療所	石神	☎3065	三好町産婦人科医院	御所	☎2381
小松内科循環器医院	上川原柳	☎2200	村上医院	末広町	☎3740
斉藤外科医院	下青木	☎0887	柳沢病院	北大手	☎0109
ささき小児科医院	城北	☎7700	横山医院	大屋	☎0008
佐藤医院	五加	☎2543	吉田こども医院	踏入	☎1222
佐藤胃腸科内科医院	鷹匠町	☎2342	和方内科	塩田新町	☎2540
塩田病院	中野	☎2221			

■健康増進クリニック

▷とき 5月28日(金)午前8時45分～午後1時 ▷ところ 上田保健所(材木町・合同庁舎) ▷内容 ①検尿、血液検査などの健康度測定②栄養診断③15分間歩行など ▷定員 10人(申込順) ▷費用 4,820円 ▷申し込み 5月18日(火)までに上田保健所(☎☎57148)へ

献血にご協力を!



日	時間	場所
5月6日①	10:00～正午	長野大学
	13:00～15:30	
5月13日②	9:30～正午	上田技術専門学校
	13:30～16:00	J R 上田駅
5月16日③	13:45～15:30	自然運動公園