

★マルチメディア情報センター完成予想図(外観)。自然環境に配慮した大断面木造建築(一部2階建)。上田リサーチパーク内に現在建設中。



夢あふれる可能性

～市マルチメディア情報センターの全容～

(関連記事2～5ページ)

★写真左下
マルチメディア・ギャラリー
(常設展示コーナー)：マルチメディアについて、楽しみながら理解するコーナー。コンピュータを使って絵を描いたり、音楽を演奏したりと、実際にマルチメディアに触って体験できるギャラリーです。最先端の技術を利用した、仮想世界の体験もできます。

★写真右下
セミナー・ルーム：マルチメディアに関する各種の講座・実習ができるコーナー。学生から一般まで、さまざまなレベルの研修・セミナーを行うことができます。マルチメディア・パソコンを実際に操作しながら、ソフト制作の基礎知識から、具体的な画像制作まで、体験的に学習ができます。

データ(11月1日現在)

人口/121,607人(+146)	男/59,568人(+80)	女/62,039人(+66)	世帯/41,563(+76)
外国人登録者数/1,433人(+18)	男/831人(+6)	女/602人(+12)	

(再生紙を使用しています)



マルチメディア情報センター完成模型

「魅力あるまちづくり」

マルチメディア情報
センターの概要

の拠点に！

いま、社会で大きな話題を集めている「マルチメディア」。将来の高度情報化社会の核となる存在として、さまざまな夢あふれる可能性が語られています。このマルチメディアをメインテーマに、来年、上田市に「マルチメディア情報セ

ンター」(仮称)が誕生します。塩田平の県営上田リサーチパークに、美しい建築とユニークな内容で生まれるマルチメディア情報センター、ご期待ください。ここでは、センターの概要と、内部の施設について、皆さんにご紹介します。



↑マルチメディア情報センター
建設現場。木造2階建て、
面積は延べ約2000㎡
←11月4日に行われた起工式

マルチメディア——「情報
を伝達するメディアが多様に
なる状態。また、コンピユー
ターで映像・音声・文字などの
メディアを複合し、一元的に
扱うこと」(『広辞苑』)。皆さん
もテレビや新聞、雑誌などで、
毎日のように見たり聞いたり
していることと思います。し
かし逆に、言葉は知っていて
も、これほど実体の見えない
ものはないのではないでしょ
うか。

この「上田市マルチメデイ

ア情報センター」は、マルチ
メディアの多彩な可能性を、
市民の皆さんにわかりやすく
紹介し、体験していただく場
です。さらには、マルチメデ
ィアによって、地域産業に大
きな付加価値を付けることな
り、産業面・文化面に広がる
多彩な事業を行なうセンタ
ーでもあります。

社会・文化にも影響

近年、コンピュータ機器を
中心として、急激に技術革新

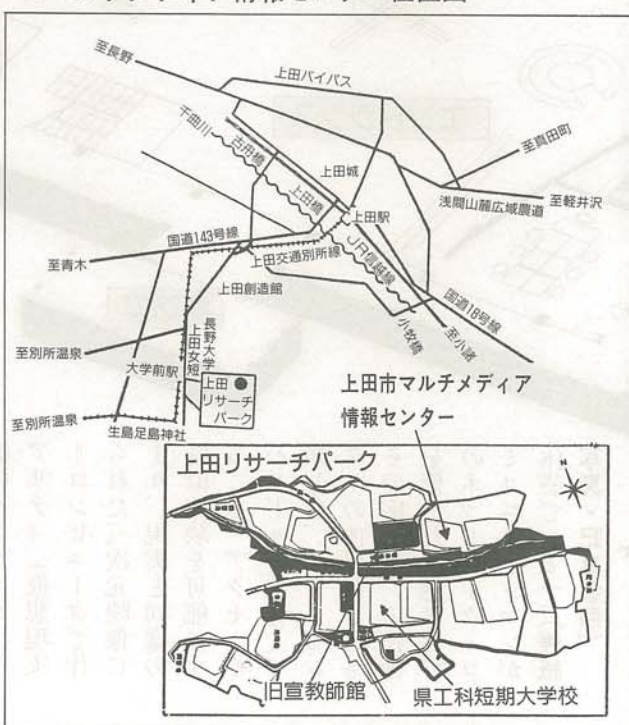
が進んでいます。これは、文
字や音声、映像など、あらゆる
メディア(媒体)をうまく
結び付け、意味ある情報媒体
として有効利用できるマルチ
メディア時代の到来をもたら
し、社会・文化にも大きな影
響を与えようとしています。
産業界では、このマルチメデ
ィア技術を利用した新たな産
業の展開を進めています。ま
た、国においても、マルチメ
ディア社会の構築に向け、新
社会資本整備のための施策が
示されています。

産業と教育の振興に

将来のマルチメディア社会
を展望すると、ネットワーク、
端末、情報ソフトの3つの産
業分野が調和して発展してい
くことが重要です。上田市で
は、このマルチメディア情報
センターが、映像ソフト分野
での新しい「産業の芽」にな
ると考えられます。

マルチメディア情報センタ
ーの設置にあたっては、いわ
ゆる「マルチメディア」が、
広範囲な分野で発展の可能性
を秘めた「技術」であること
を認識し、特にこの地域の将

●マルチメディア情報センター位置図



来像を見据えたうえで、施設
の位置づけ、方向性を考える
必要があります。

上田市には、信州大学繊維
学部があり、さらにマルチメ
ディア支援センター(丸子町
に建設中)、県立工科短期大学
校(平成7年4月上田リサー
チパークに開校予定)、長野大
学(産業情報学科)という、他
地区にはない「マルチメディ
ア環境」が整いつつあります。

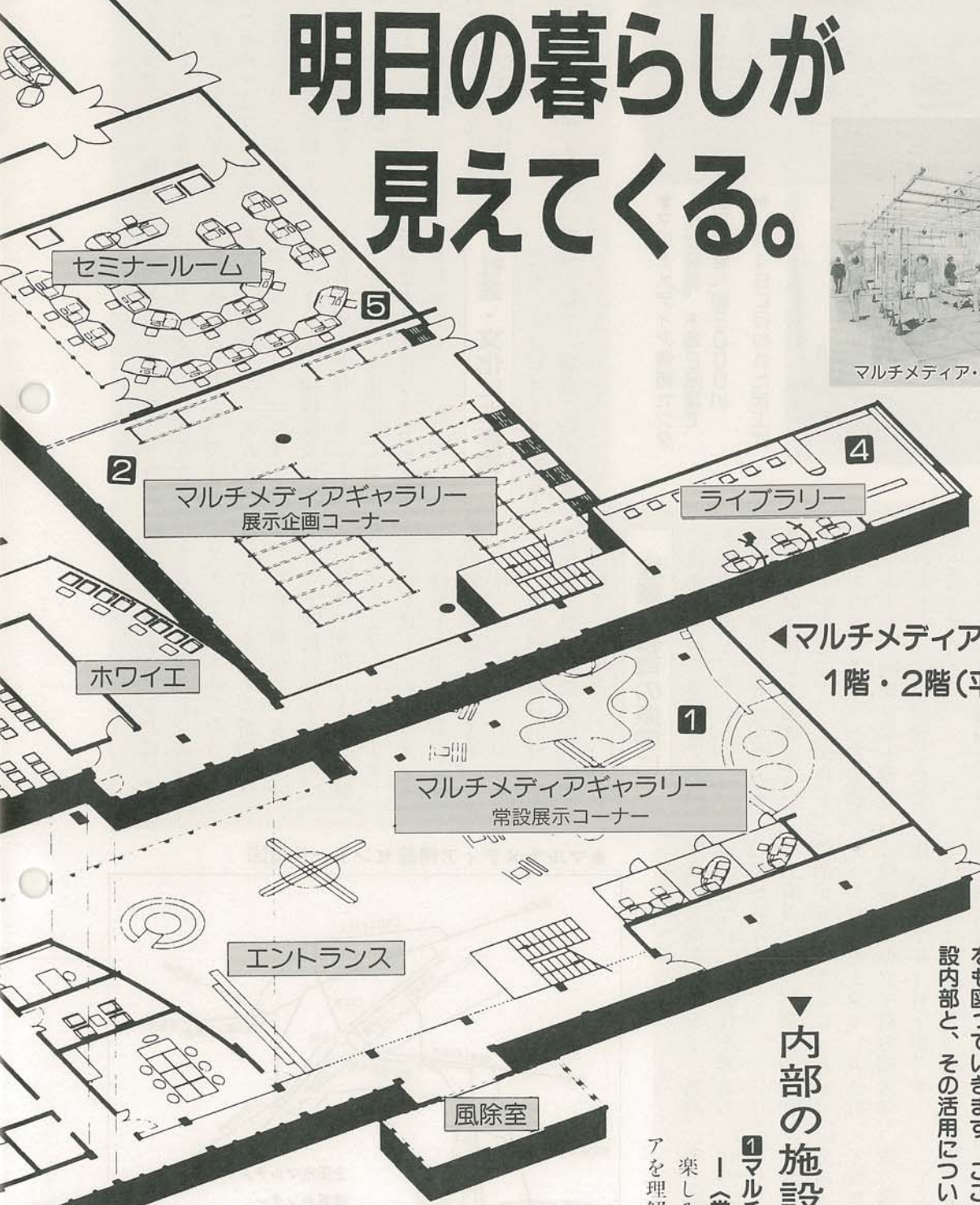
このような地域の特性と恵
まれた自然環境を生かし、マ
ルチメディアによる新映像産

業と関連産業の振興と教育文
化への貢献を目的とします。

そして、この情報センターが
その中核施設として、また魅
力あるまちづくりの拠点とし
て機能できるように事業・施
設の展開を推進します。

さらに、我が国で唯一の機
関であるマルチメディア支援
センターに近接する立地の優
位性を生かし、上小地域で進
めている「新映像産業文化圏」
づくりのための拠点機能と、
県内における情報ネットワー
ク機能の構築を目指します。

マルチメディアが見えてくる。 明日の暮らしが 見えてくる。



マルチメディア・ギャラリー〈企画展示コーナー〉



◀マルチメディア情報センター
1階・2階(平面図)

▼内部の施設と活用方法

①マルチメディア・ギャラリー ―〈常設展示コーナー〉―

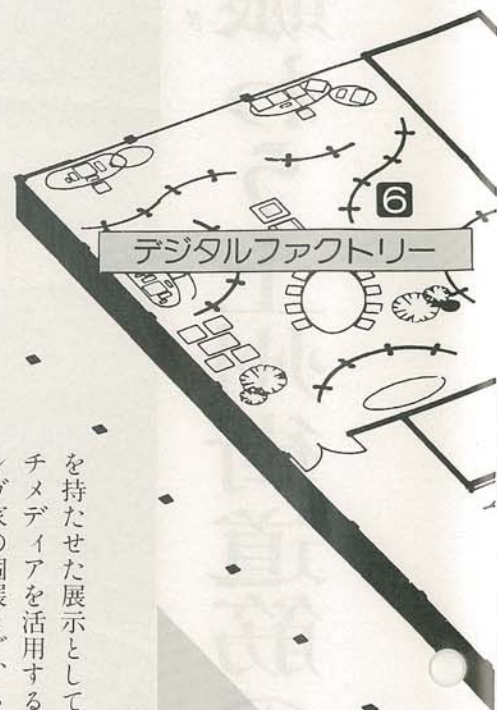
楽しみながらマルチメディアを理解するコーナー。最先端のバーチャル・リアリティ(仮想現実)コンピュータで作られた三次元映像により、現実と同様の疑似体験を可能にすること。アクセルやハンドルを操作して楽しむ、ゲームセンタの体感ゲームもその応用例)の技術を使った仮想世界でのネットワーク・コミュニケーションが体感できます。(表紙写真・記事参照)

上田市マルチメディア情報センターは、地域の中核施設として、また「魅力あるまちづくり」の拠点として機能し得るよう「マンガ」や「アニメーション」といったテーマ性を持たせた施設展開をも図っていきます。ここでは、同センターの施設内部と、その活用について見てみましょう。



マルチメディア・ライブラリー〈図書館〉

②マルチメディア・ギャラリー
―企画展示コーナー―
 マルチメディアの作品だけでなく、幅広い分野での展示会を行っていくコーナー。デジタル絵画展から、テーマ性



を持たせた展示として、マルチメディアを活用する著名マンガ家の個展まで、さまざまな展示コーナーを考えています。地域社会とマルチメディアについての市民参加型のギャラリーで、楽しい企画を検討中。また、同センターのファクトリー（工房）で制作されたマルチメディアソフトの発表の場ともなります。

③マルチメディア・ホール

ハイビジョン（高画質テレビ）での映像をはじめ、各種の映像メディアに対応できる機器を設置した映像ホール。映像の上映だけでなく、講演会やシンポジウムなど、さまざまな催しにも対応できます。収容人員は約200人。

④マルチメディア・ライブラリー〈図書館〉

最新のCD-ROMソフト



マルチメディア・ホール

（Compact Disc Read Only Memory＝コンピュータの読み出し専用メモリー）に使うコンパクト・ディスク。音声、画像、コンピュータ・データなどを記録できる。百科事典、マニュアル、プログラムなどのCD-ROM化が進んでいる）を自由に見たり聴いたりできるマルチメディアの図書館。話題のマルチメディアソフトや、関連の書物などを閲覧することができま

す。また、動画や音楽のデジタル編集ができる場所も用意します。

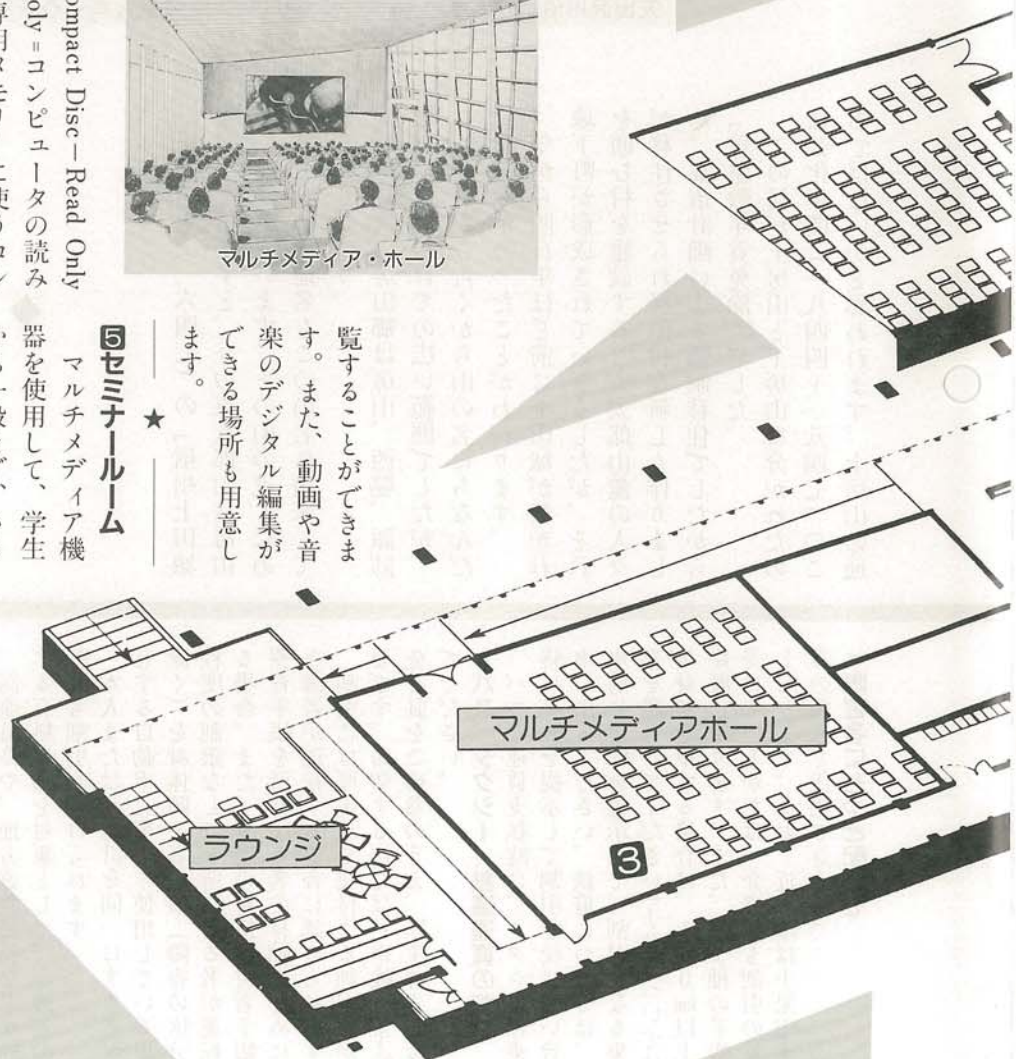
⑤セミナールーム

マルチメディア機器を使用して、学生から一般まで、さまざまなレベルの研修・セミナーを行うコーナー。（表紙写真・記事参照）

⑥デジタル・ファクトリー

マルチメディア・ソフトの制作ができる、デジタル映像の製作工房。主にプロのクリエイター、マルチメディアソ

フト制作者のための制作環境です。地域情報・観光情報から教育教材まで、さまざまなニーズに対応し、ソフトの制作・編集・加工が可能。24時間体制で支援します。



賑にぎわわう上州街道筋の村



矢出沢川沿いから見た「幸町」の通り(橋は幸町橋)。ところどころに古い家並みが見られる

正保四年(一六四七)の「信州上田城絵図」を見ますと、今の東太郎山は房山とされている。その山の近くにあり、房山という地名もこの山名に由来しているのしょう。

戦国時代の房山郷は房山、西脇、諏訪部、踏入にかけての広い範囲でしたが、これをみても古くから山の名にちなんだ行政区画があったことがわかります。

今から四百年ほど前に上田城が築かれ、城下町が形成されていきましたが、それを囲む村を建設するため太郎山麓の人々が移住させられ房山村を新しく作りしました。都市計画による強制移住でしたから「居屋敷年貢免除」でした。

この村が上房山と下房山に分かれたのは弘化年間(一八四四―一八四七)のころではないかと思われます。上房山の通



12月9日は障害者の日

● 交通手段に制引制度が

「障害者の日」は、1981年の国際障害者年を記念して、国民の障害者問題に関する理解と認識を深め、福祉の増進を図る目的で定められました。

さて、身体障害者手帳や療育手帳を持つているかたには、交通手段について割引などの制度があります。

■ 有料道路の割引(10月に改正)

高速道路や、地方道路公社などが経営する有料道路を対象として、介護者の運転でも割引が受けられます。

本人または、生計を同一にする者が所有する自動車(事業に使用している車を除く)を身体障害者手帳(障害の区分や程度の制限なし)を所持する者が運転する場合。また、重度の身体障害者手帳・療育手帳を所持する者の移動のために、介護者が運転する場合に認められます。

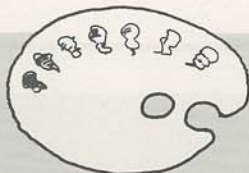
割引には厚生課で交付する割引証が必要で、希望するかたは、車検証、手帳、免許証をご持参のうえ、厚生課までおいでください。

■ バス、タクシー、鉄道運賃の割引

バスは運賃支払時に、タクシーは乗車時に手帳を提示して割引を受けたい旨を申し出てください。鉄道については、乗車前に手帳を提示して、割引となる乗車券を購入してください(JRについては、単身で乗車する場合は、100km以上の距離に限ります。また、第1種の手帳を受けているかたは、介護者も割引の対象となります。なお、近距離は小児用乗車券の購入で代用できます)。

■ 障害者にもつと配慮を

カメラスケッチ



★ ★ ★ 男女共生をめざして ★ ★ ★



'94うえだ女性フェスティバルが10月29日に文化会館で開催され、弁護士の徳矢典子さんの講演やステージ発表などが行われました。また、Wの文字をモチーフにした、うえだ女性会議のシンボルマークの発表もありました。

★ ★ ★ 次代につなぐ文化祭 ★ ★ ★



第17回高齢者文化祭が、11月12日と13日に高齢者福祉センター・中央デイサービスセンターで開催されました。日ごろ努力して制作した作品や、クラブ活動の成果を見ようと、お年寄りや家族連れてにぎわいました。

★ ★ ★ 古墳時代の住居復元 ★ ★ ★



上信越自動車道の建設のため、発掘調査が行われている宮平遺跡(長島)にたてあな式住居が。これは発掘に従事する約40人が、作業の合間に調査研究員の指導で復元したもので、11月16日には遺跡の現地説明会も行われました。

■案内図(一部)



りから矢出沢川の幸町橋を渡り大輪寺へ真つ直ぐ伸びている道は江戸時代前期には開通しており、その道に沿う幸町も江戸時代からの古い町です。
幸町には上田藩の御作事の門が移築されている旧家も見られます。御作事は城や武家屋敷などの修繕・改築などを担当する役所で、現在の清明小学校のところにありました。
武士たちが乗馬訓練をする馬場は、真田氏のころは今の馬場町にありましたが、仙石氏の時代になりますと上房山に移されました。町の人口が増えたので広い用

地を求めての移転だったのでしょう。
新馬場は金昌寺付近で上房山の通りと矢出沢川の間の場所でした。なお、このころの上房山は鐘町と呼ばれていました。
武士たちが乗馬訓練に通うところなので、そんな名をつけたのかもしれませんがその後はふたたび上房山にもどりしました。
上房山は上州街道に沿った村でもありました。この街道は真田氏のころは軍用道路でありその後も物資が流通する重要な道でした。街道沿いで上田城下町に隣接している上房山は商人や旅人たちでにぎわった村でした。

(平野勝重)



乗車・駐輪にも注意を

車いす用のスロープの前や、点字タイルの上に自転車や自動車を駐車しますと、障害者の皆さんの移動に支障が生じます。特に注意をお願いします。
▽問い合わせ 厚生課(内線1603)

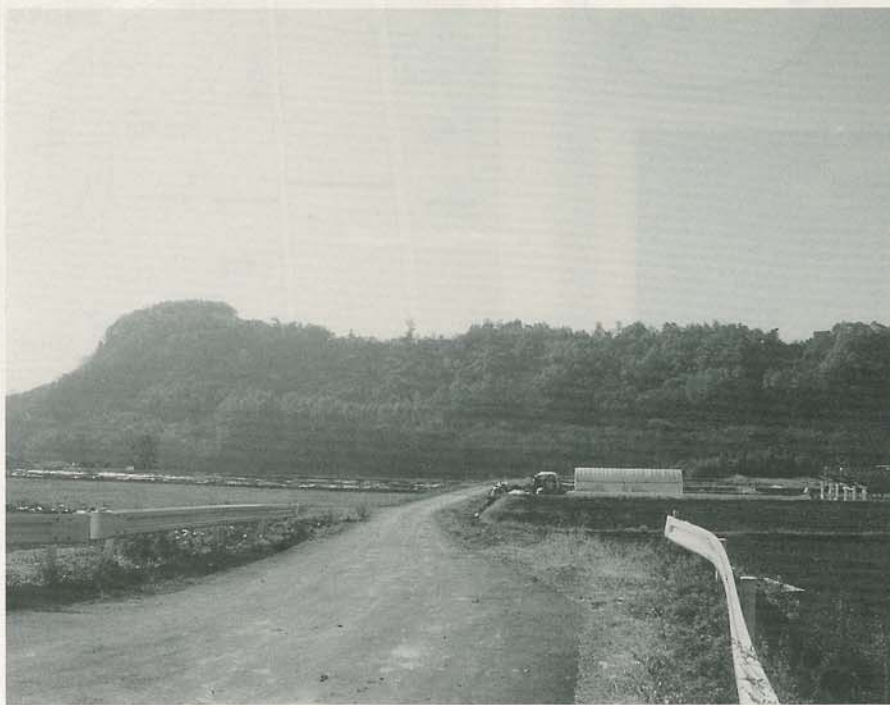
うえだ・UEDA

マイタウン
広場



ここが好き
④
再発見

おかいこ山 (神科新屋 伊勢山)



川と断崖と緑の景色

神川を挟んで、殿城方面から対岸を見ると、蚕のような形をした小高い山があります。豊殿をはじめ、市民には「おかいこ山」という名前が一般的でしょうか。しかし神科方面からは、地形的に蚕の形には見え、地元では「おいづな山(飯縄山)」または「虚空蔵山」と呼び親しんでいる山です。神科新屋から伊勢山にまががり、東側の神川沿いには切り立った崖も見られます。これは「とんび岩(鳶岩)」といわれ、まさに絶景。山中には宇賀神社、飯縄五社神、伊勢宮(お伊勢さま)という3つの社があります。飯縄五社神は5つの石の祠を祭ったものですが、今は四社しかありません。昔は五社神のお祭りがあり、とても盛んでした。主に青年たちが獅子を舞ったり、道中を元氣よく練り歩いたりして、その活気はすごいものでしたね。

近い将来、この山の脇を高速道が通ります。道路から見える「おかいこ山」も、それはよい眺めでしょう。
お話・中曽根文夫さん(神科新屋)



企業として環境対策を推進

中部電力上田電力センター(大屋)

会社全体として、平成5年1月に地球環境6題と70の目標を定め、環境問題に取り組みました。

その一つとして、古紙の回収・コピー用紙の節減などで省資源・リサイクル活動を推進し、ごみの減量化を図っています。

ここには約100人が勤務していますが、年間約25万枚のコピーを取りますが、その60%にあたる15万枚は、不要になった文書の裏面を利用しています。

また、不燃物は回収容器を設置して、アルミ・スチール・ガラス・その他の4種に分別を。2月に1度、業者に処分

をしてもらっています。社会の一員として、環境問題に取り組んでいくことが、今まで以上に求められているようです。



いろいろな生き物
と仲良くなりたい

増田鉄矢くん
(川西小・6年)



ぼくは日向の山でカブトムスを捕まえたり、浦野川で魚を捕って遊ぶことが大好きです。家のそばの小川でカニを捕ることもできます。でも夏になってもホタルを

見ることはできません。ぼくが大人になるまでに、この川西地区にも、ホタルがたくさん見られるような自然ができているといいなと思います。



その③

宗教・習慣の違い

広げたい コミュニケーション

日本に来て7年になります。生活していて、今までに困った問題としては、前回もお話しした、豚肉を食べられないということ。そして、もう一つはお祈りができないということです。

一日に5回の「祈り」が

わたしたちイスラム教徒は、一日に5回、ナマジユというお祈りの時間があります。朝5時30分のパジャル、昼12時30分のジョホル、午後4時のアッソルと5時30分のマグルプ。そして夜7時30分のイシアです。5回のお祈りのときには、そのつど、きれいな服に着替えなければなりません。また最初のパジャルのときには、シャワーで身を清めてから祈ります。

すこともできません。

現在、インド料理店でコックをしていて、昼どきや夜など仕事の最中は、どうしてもお祈りができないのです。

断食中、料理の味見は

このほか、来年2月1日から3月2日まで、12歳以上のイスラム教徒は、「断食」に入ります。この期間中の朝5時30分から夕方5時30分までは、食べ物を一切口に入れてはいけません。注射や薬を飲むこともできません。

やはりコックの仕事をしている関係で、断食の期間中、料理の味見をすることができなくなるので、どうすればよいか困っています。

インドとの大きな違い

わたしが日本に来て、インドと日本で大きな違いを感じるこ

とは、日本は仕事がとても忙しい。それに女性が働いているという事です。インドは人が多く、仕事が少ないんです。だから、一度仕事に就くと、転職することはできません。お父さんが働いて、家族を養っています。日本のように仕事がたくさんあって、家族みんなで働く...ということになれば、インドも大きく変わることでしょう。

「インド語」を教えた

わたしは話すのが好きです。上田でも、スーパーマーケットや駅で、ビジネスマン、学生などいろいろな人に話しかけます。わたしが「こんにちは」と話しかけるだけで、「お国はどちら」とか、いろいろ質問をしてくれます。なかには「怖い」と行ってしまう人もいますが...

「こんにちは」のひとことで、どんどんコミュニケーションが広がっていくものです。

日本人は旅行好きな国民です。これから、日本人もインドに行く機会が増えてくるのでは。そのためにわたしたちは、上田の人にインドの言葉「ヒンディー語」「ベンゴリ語」などを無料で教えたいて考えています。

他国の言葉を少しでも知っておくのは、大切だと思いますし、わたし自身も教えるのがうれしいのです。希望者は連絡をください。(☎026-8656)

毎日と同じリズムで

高齢者福祉センターで、パークラブの責任者として、会員の指導をしています。

バンパーというゲームは、簡単な玉突きで、紅白5つずつの球を、早く敵のホールに入れた方が勝ちというものです。会員は現在61人ですが、うち40人くらいが女性。やり始めると、おもしろくて夢中でやっています。わたしも、若いころからビリヤードが大好きで、「四つ球」を

しょっちゅうやっていました。センターには、弁当を持って、毎朝自転車で出かけます。少々の雨では休みません。10時ころセンターに着き、バンパーの指導やゲートボールをやり、午後の2時から3時まで遊んでいます。センターがあるから本当に幸せです。もしなければ、一日中テレビとにらめっこで、体も動かなくなってしまうでしょうね。それと、毎日同じリズムでやっているの、一日が訳ないです。



加藤 豊さん (76歳・新田)

若さ 秘密

わたしの場合

(14)

無人駅のいたずら 見かけたら注意を

最近、上田交通の別所線無人駅の悪質ないたずらが続いており、見るに見かねています。皆さんに一度「塩田町」の駅をご覧ください。あ

まりにもひどい壊され方です。天井はあちこち穴だらけ、ガラスはほとんど割られていますし、トイレのベニヤ板はけられ、壁は落書きだらけの状態です。

こうした、いたずらをした人の中にも、電車を利用する人がいることでしょう。なんともやりきれない気持ちです。

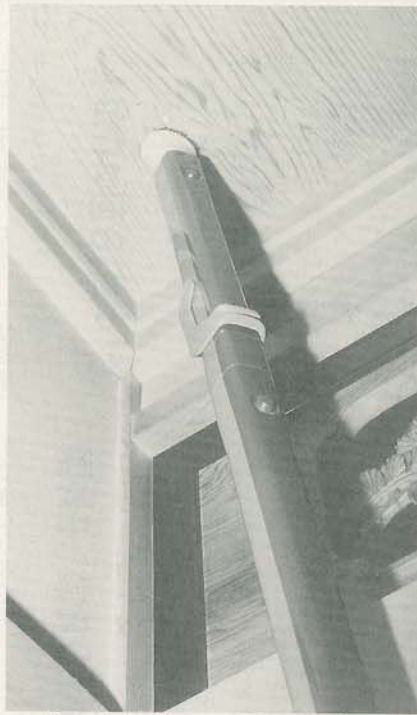
駅はみんなて使う公共の施設です。お互いに注意しあい、もっと大切にしていける必要があると思います。(匿名)





図書館 ☎ 0 8 8 0

時知は国を亡ぼす	清水信次
親と子の自分革命	大越俊夫
帰化動物のはなし	中村一恵
自動車業界からの警告	下川浩一
司馬遼太郎の贈りもの	谷沢永一
機長のボイスレコーダー	石崎秀夫
源内が惚れこんだ男	野村俊雄
日曜日の夜は出たくない	倉知 淳
六段の子守唄	戸板康二
風変わりな贈り物	井出孫六
よいおもちゃとはどんなもの	永田桂子
オーストラリアの米産業	松島正博
依頼人	ジョン・グリシャム
行政手続法	兼子 仁
お母さんと先生のつきあい方	戸田唯己
本を読んでる金曜日	井狩春男
激突	マリアン・ケラー
わが輩は料理長である	嶋村光夫
寂聴古寺巡礼	瀬戸内寂聴
いい親やめよう	清水国明
人はなぜ旅をするのだろうか	塩野米松
飲み水を考える	鈴木紀雄
縄張りを捨てたアユたち	村田 満
南極100年	神沼克伊
新感覚の狭小地の住まい	講談社編



天井は丸ロブラシで吸い取るように

エプロン百科

ぼろ布をなでる感じで 掃除機の丸ロブラシも

「天井」掃除の上手なやり方

年末に行う大掃除を、俗に「すす払い」といいます。手が届かない天井のすすや、ふだんはできない床下のごみをきれいに取り除いて、家中をすっきりきれいに掃除のことです。

クモの巣がはつていたり、ホコリで薄汚れていたりしている天井は見た目にもいいものではありません。和室と洋室では、天井の素材や作りも違い、掃除

の方法も違います。日常の掃除の基本を覚えておきましょう。はたきでパタパタと天井のホコリなどを払い落とすと、逆にホコリを部屋中にまき散らすこととなります。柄の長いほうき

の先に、古いタオルかボロ布を巻きつけ、さらにその上に古いナイロンストッキングをかぶせて、ホコリやクモの巣をなでるようにして取ります。天井にこびりついた古いクモの巣は、固く絞った布で水ぶきをして取りましょう。

一度使ったナイロンストッキングは、掃除のたびに取り替えましょう。そうしないと取れたホコリが、天井にくっついてしまします。化学はたきを使うのもいいでしょう。なでる感じでホコリを取ります。しかし、布張りの天井や白木の天井に使うのは、避けたほうが。跡が残ってしまふ恐れがあります。

簡単な方法は、掃除機を使つてのホコリの吸い取りです。延長管に、丸ロブラシをつけて吸い取ります。しかし、重い掃除機を片手にしての天井掃除は疲れます。掃除機をタンスの上か踏み台に置いて使うと楽です。

品 用 品 交 換 情 報

ゆずります

不用品になったもの、ほしいものがありましたら、生活環境課（内線139）へご連絡を。

- ▽電気魚焼き器 10000円
- ▽14型テレビ（リモコンなし） 無料
- ▽ビデオデッキ 無料
- ▽電子レンジ 50000円・100000円
- ▽米びつ（20kg入り） 20000円
- ▽250ccバイク（バッテリー交換必要） 50000円
- ▽自転車 20000円
- ▽ガスレンジ 50000円

「成人病」の原因にも偏らずにバランスを

・一人暮らしの食生活

Q

一人暮らしなので、食事をどうしても簡単に、あっさり済ませてしまいます。病気になるための食生活を教えてください。

(71歳・男性)

A

一人の気ままな食事は、リズムになったり好物に偏ったり、献立もマンネリになりがちです。特に、「塩分の取り過ぎ」「食べ過ぎや運動不足で肥満」「栄養の取り過ぎで



食事はバランスよく

血液濃度が高まる」など成人病の原因にもなりやすいので注意をしてください。具体的には…

- ①食事は腹八分目にして、理想的な体重を保ちます。過食は肥満につながり、心臓の負担が増えますし、塩分も多くなります。
- ②良質のたんぱく質をきちんと取ります。一日に牛乳一本、卵1個、魚1切れ、肉70グラム、豆腐3丁は取

りたいものです。牛乳はカルシウムとしても重要です。飲めないかたはチーズやヨーグルトなども。

③緑黄色野菜をたっぷり取ります。実だくさんのみそ汁にしたり、五目野菜のためにしたりと、工夫しながら毎食取りたいですね。

④脂っこい料理や塩分の多い加工食品、インスタント食品、砂糖の取り過ぎは注意します。

⑤食物繊維（わかめ、ひじき、きのこ類、いも類など）をきちんと取ります。

⑥アルコールの場合も、おつまみといっしょに適量を。

高齢などで食事を作ることが難しい場合には、「ふれあいランチサービス」(高齢者福祉課)などを利用するのもよい方法でしょう。

痛みを和らげ、闘病を楽に

長谷川陽子さん



現在、国立東信病院で麻酔科の医長をしています。麻酔科の仕事には、大きく分けて手術麻酔と、主に外来の患者さんが対象のペインクリニック(痛みの治療)とがあります。手術麻酔(この場合は全身麻酔)とは、手術前に患者さんを診察し、麻酔の説明をして、安心感を与える術前訪問、安全に手術できるように麻酔をかける手術中の全身管理、そして手術後の痛みのケアなど…。単に手術の際に麻酔をかければそれで終わりという仕事ではないのです。

麻酔は年間約500件ほど。専従の麻酔科医が不足しているため、け

つこうハードですね。また今は、新病院が建設中のため、施設や医療機器の準備などで、忙しい毎日となっています。患者さんに対して心がけていることは、手術後の痛みを緩和し、少しでも闘病が楽にできるような援助したいと思っています。

近年「ターミナル・ケア」末期がん患者に対して、痛みを緩和し、患者さん・家族の意志を尊重し、最後までよく生きられるよう支える医療の重要性が、全国的に注目され、わたしもその研究に携わっています。ターミナル・ケアでは、医療スタッフだけでなく、患者とその家族も重

要な治療チームの一員であるということが大事なことです。昨年6月、国立東信病院では初めての、がん患者の遺族会が行われました。内科病棟の医師と看護婦たちで、遺族のケアとターミナルケアの向上に取り組んでいます。

国立東信病院も、新病院として新たにスタートするときには、診療科目も22科に充実します。これからも青木院長をはじめ、全病院スタッフが地域の人びとのニーズに応えられるよう、医療サービスの向上に励んでいきますので、よろしく願います。

ゆずってください

- ▽子ども用木馬
- ▽電気こたつ
- ▽カラオケセット
- ▽ストロブガード
- ▽大人用スチール机
- ▽小型耕うん機
- ▽刈り払い機
- ▽ちゃぶ台
- ▽婦人用自転車
- ▽和琴

- ジ(都市ガス用) 3000円・5000円
- ▽プロパンガス用ふろ一式(シャワーなし) 無料
- ▽レンジ台 5000円
- ▽ダブルベッド 無料
- ▽植木鉢(5号と菊用) 無料
- ▽スタッドレスタイヤ(145-80-R13) 無料
- ▽登山用リュック 無料
- ▽じゅうたん(6畳) 4000円
- ▽磁器マット(ダブル・シングル) 3000円・2000円
- ▽ボアシート 1500円
- ▽会議用座机 無料
- ▽大正琴 無料

※先着順に紹介しますので、すでに成約した物はご了承ください。

クリスマス★ 星空コンサート

オリオン、スバル…美しい
冬の星座と魅力あふれるフル
ートの音色をあなたに。

フ	ル	ー	ト
■	の	タ	ベ

12月23日(金)午後6時開演
上田創造館プラネタリウム室



- プログラム
 - ▷星のセレナーデ
 - ▷演奏会用小品
 - ▷ジュ・トゥ・ヴ
 - ▷サイレント・イヴ
 - ▷ヴェニスの謝肉祭

●演奏者

▷飯島 香さん
(フルート)

上田市出身。現在
武蔵野音楽大学音
楽学部器楽学科4
年次在学中。



▷坪井香野さん(ピアノ)

静岡県磐田市出身。現在武蔵野
音楽大学音楽学部器楽学科4年
次在学中。

●入場料 1,000円

●定員 120人

(入場券は12月1日から創造館で取り扱い)

上田創造館 ☎ 1111

お出かけください
創造館12月の催し

●●●

■第2土曜日学習施設活用の催
し「郷土のめずらしい鉱物③」

▽とき 12月10日(土)午前10時

〜約1時間(時間までに来場し
てください)▽対象 小学3

年生以上▽参加費 無料

■第7回親子パソコン教室

▽とき 12月11日(日)午前9時

〜午後4時30分▽対象 上小

地域の小学4年生〜中学3年生

までの初心者親子20名(先着順)

▽参加費 無料▽持ち物

筆記用具・昼食▽申し込み

12月4日(日)午前9時より電話で

創造館へ(☎231111)

■親子映画教室

▽とき 12月25日(日)午前10時

〜午後2時30分(上映時間

は32分間)▽上映作品「マッ

チ売りの少女」「イワンのばか

「かさじぞう」▽参加費 無料

▽定員 各50名(先着順)

■上小地域小中学校児童生徒絵

画・書道・工芸展

▽とき 12月23日(金)〜来年1

月16日(月)午前9時〜午後4時30

分(12月29日〜1月3日は休館)

▽入場料 無料▽その他

親子写生会絵画展を同時開催し

ます。

長野大学でパネル ディスカッション

●●●

「ひとの暮らしと自然環境を
考える」と題し、パネルディス
カッションを開催します。

▽主催 長野大学・長野大学

生涯学習センター▽とき 12

月15日(木)午後12時45分〜3時

▽ところ 長野大学211番教

室▽パネラー 田中夏子さん

(社会学専攻)・小林正洋さん

(教育学専攻)・佐々木澤さん

(文学専攻)・山崎健治さん
(心理学専攻)・圓増治之さん
(哲学専攻)・佐藤英美さん



犬のしつけ方教室 飼い方とマナーを

●●●

▽とき ①学科：1月と7月
の第3土曜日午後1時30分〜3

時30分 ②実技：毎月第3土曜

日午後1時30分〜3時30分、平

成7年1月21日(土)から開催▽

ところ ①学科：上田消費生活

センター ②実技：上田合同庁

舎駐車場▽内容 ①学科：講

習会(動物に関する法律、犬の

本能・習性・生理、正しい飼育

管理、病気の知識と予防、犬の

しつけ方)②実技：基本的な服

従訓練のしかた(脚側行進、脚

側定座、ふせ、まてなど)▽

認定試験 すべての項目を終了

した人を対象に6月と12月に実

佐久市立近代美術 館で美術展を開催

●●●

▽とき 平成7年1月21日(土)

〜2月12日(日)▽ところ 佐久

市立近代美術館(佐久市大字猿

久保)

■作品の募集

▽種別 第1部：日本画、第

2部：洋画、第3部：彫刻▽

作品の搬入 平成7年1月7日

(土)・8日(日)午前10時〜午後4時

▽応募手数料 1点につき3

000円(高校生は1000円)

▽問い合わせ 佐久市立近代

美術館(☎0267-671055)

年末の交通安全運動

12月11日(日)～12月31日(土)

- 歳末は あわてず 急がず ベルトを締めて
- 反射材 つけて安心 夜の道

市税納め忘れなど 夜間・年末に窓口

● 収税課・国保年金課では、12

月を市税の「納税促進月間」として、今まで未納となっていた市税を、この機会に納付してい



夜間窓口・年末窓口のご利用を！

ただくよう滞納整理に力を入れています。なかでも都合で平日の昼間、金融機関や市役所へ出向くことのできなかった人のために、次により夜間窓口・年末窓口を開設しますので、納税および納税相談にご利用ください。
▽問い合わせ 収税課（内線1

「取り壊し家屋」の 届け出はお早く

● 家屋（住宅、倉庫、車庫、物置など）の一部または全部を取

■夜間窓口・年末窓口の日程

	と き	と ころ
夜間窓口	12月14日(水) 12月16日(金) 午後8時まで	市役所 本庁舎1階 (収税課 国保年金課)
年末窓口	12月29日(木) 午前8時30分～午後5時	※両窓口とも 市役所西側の 宿直室から入 ってください。

301)、国保年金課（内線1367）

り壊したまま未届けになっ

今年度の12月末日までに取り壊

された家屋は、来年度から固定

資産税が課税されないことにな

りますので、今年中に「取り壊

し届出書」を資産税課または各

支所へ提出してください。「取り

壊し届出書」は資産税課および

各支所にあります。なお、来年

1月1日までに新築または増築

された家屋は、来年度から固定

資産税が課税されることとなり、

家屋の評価にお伺いしますので、

ご協力をお願いします。

▽問い合わせ 資産税課（内線1297）

ごみの出すルールを守り、きれいな環境で新年を

年末年始のごみ収集

年末年始は、毎年ごみの量が多くなります。今年は、下記のとおり特別収集を行います。一度に大量に出さず計画的に出しましょう。新年は1月4日(水)から収集します。

■大掃除や引っ越しなどで出た多量のごみは、直接クリーンセンターへ持ち込んでください。

■コタツやたき火の灰・燃え殻は、火の消えたことを確認して「灰」と表示して袋に入れ、燃やせるごみの日に出してください。

■燃やせるごみ、燃やせないごみの分別はきちんとしましょう。（合成樹脂類、プラスチック類、トレイ、ペットボトルなどは燃やせないごみへ）

■決められた日以外は、絶対に出さないようにしましょう。（近所の迷惑になります）

■水切りはきちんとし、新聞紙に包んで（水を吸い取ります）袋に入れて出しましょう。

●問い合わせ 清掃事務所・クリーンセンター（☎220666）

■年末年始のごみ収集日程表

	収 集	持ち込みの受け付け
12月23日(金) (天皇誕生日)	通常の日曜日地区のみ収集 (特 別 収 集)	午前8時30分～11時45分 午後1時～4時
29日(木)	通常の日曜日地区のみ収集 (特 別 収 集)	午前8時30分～11時45分 午後1時～4時
30日(金)	通常の日曜日地区のみ収集 (特 別 収 集)	午前8時30分～11時45分 午後1時～4時
31日(土)	休 み	直接持ち込みのみ受け付けます 午前8時30分～11時45分
1月1日(日)	休 み	休 み
2日(月)	休 み	休 み
3日(火)	休 み	休 み
4日(水)	平常どおり収集	平常どおり受け付け

●来年は統一地方選挙

来年は統一地方選挙の年にあたり、平成7年4月9日には長野県議会議員一般選挙（定数3）が、平成7年4月23日には上田市議会議員一般選挙（定数32）がそれぞれ執行されます。

▷問い合わせ 上田市選挙管理委員会（内線1671）

人権週間

育てよう 明るい社会と人権感覚

12月4日(日)～10日(土)

交通事故無料相談
お気軽にどうぞ！

● (社)日本損害保険協会では、自動車損害賠償責任保険と任意自動車保険の請求について、無料で相談をお受けしています。

▽専門の相談員による相談日
月曜日・金曜日の午前9時30分～正午、午後1時～4時40分
(祝祭日を除く) ▽弁護士による相談日 毎週木曜日午後1時～4時(第5木曜日を除く)

▽ところ 松本自動車保険請求相談センター(松本市・日本生命松本駅前ビル7階 ☎0263-324467) ▽その他 電話での相談もできます(☎0263-357790)



ごめい福を
お祈りします

(10月届け出分・敬称略)

石川利直 石神 44
市村定巳 手塚 75
金子節 大手町 68
小林角太郎 上常田 82
齊藤千左 山口 93
春原新吾 林之郷 68
西澤ゆき子 上常田 91
宮下忠治 小牧 84
矢島好枝 久保林 78
片岡とみ 新田 61
青嶋万平 下紺屋町 82
神津まな 五加 93
中村春芳 小井田 86
古金伊壽津 伊勢山 67

塩沢ひぎ 大湯 89
鈴木玉 西脇 80
竹花テル 岩下 86
児玉亨 御所 76
南波ユキ子 下室賀 78
上原一夫 分去 74
内堀トノ 久保林 85
香掛千代 岩門 78
國本辰雄 西前山 77
黒岩さだい 染屋 68
神津とらの 五加 86
笹邊正儀 川辺町 85
高橋繁治 三好町 75
棚田たか 金井 77
松前キスエ 林之郷 69
宮島けさ子 下青木 81
柳澤榮一 丸堀町 78
横山和子 鍛冶町 51
渡邊戈一 上川原柳町 81
稲葉明子 下紺屋町 60
小林けさ美 小牧 63

増田袈裟信 吉田 62
山邊るじ 倉升 98
米津勝 北常田 88
中田佐太郎 町吉田 87
山寺とき 中組 80
渡邊よしみ 下室賀 87
倉島まさ 長島 84
塩谷伴也 新田 54
林ミツ子 新田 62
山崎八郎 みすず台南 57
市村清勝 踏込 87
作原てる 東五加 69
鈴木信之 西脇 59
塚原みつぎ 伊勢山 76
和田和 丸堀町 93
中山真 伊勢山 91
平林康治 材木町 78
京戸幸枝 大屋 79
中野昭司 上室賀 47
山崎鶴治郎 長島 82
白石みつ江 伊勢山 81

鎌田久一 上手 76
小林渡 常磐町 86
土屋忠太 大屋 100
中澤つねじ 長入 77
三井定子 上川原柳町 100
横関健彦 下之郷 59
北澤幸 城北 73
近藤勇 鎌原 84
齊藤研一 中之条 63
林和子 緑が丘西 62
白倉松三郎 千曲町 69
丸山サキ 上川原柳町 82
宮坂美邦 新田 79
赤塩千里 福田 78
倉根竹保 鈴木 82
森山文平 富士見台 53
鷺原元恵 東前山 96

寒

い冬

水道管 守ってあげて

水道管が凍結する季節になりました。水道の凍結は、気温がマイナス4度以下になると起こります。次のような凍結防止をして、冬の寒さから水道管を守りましょう。

■凍りやすいところ

- ①北側にあるもの ②風当たりの強いところにあるもの
- ③水道管が露出しているもの
- ④屋外にあるもの

■凍って水が出ないとき

まず、蛇口、立上がり、メーターの順にタオルか布をかけて、その上からお湯をかけて解かしてください。

■水道の凍結を防ぐには

- ①メーターボックス内も保温を(ぼろ布、発泡スチロール

などを入れたビニール袋3、4袋をメーターを囲むように入れてください。②不凍栓は毎日忘れず、完全に閉めましょう。③電熱帯のコンセントを忘れず入れましょう。

■破裂して水が出たら

立上がり下の不凍栓かメーターボックス内の止水栓で止めてください。止まらないときは、破裂か所に布かテープを巻き応急処置をして、水道局が指定工事店へ修理の依頼をしてください。なお、宅地内の修理費は、個人負担となります。メーター破損も同様です。ご注意ください。

●問い合わせ 水道局業務課(内線1854・1856)

編集後記

●やつのことで広報の編集を終えたさしづりの休日。ふと、思い立って一人で紅葉を見に出かけた。常緑樹の緑と、落葉樹の黄色や赤茶色(文章で表現できないのが残念)、そして、広がる青空と白い雲の織り成す、絶妙なコントラスト。人けのない静かな湖は、みごとな景色だった。愛用のガス・ストーブ(コンロ)で沸かしたコーヒーのおいしさ。ほかに何もしないで、ぼーっと景色を眺め、熱いコーヒーを飲む。座っていた湖畔の石と一体となつて、自分も自然の中に溶け込んだ気分がした。日ごろのストレスも吹き飛ばし、充実したひとときだった。(たなか)

●去る11月27日、信越放送で放映した市政テレビ番組「ふれあい上田」ご覧になったでしょうか？今回は「お年寄りに優しいまちづくり」と題して、市の高齢者福祉がテーマ。今年7月にオープンした特別養護老人ホーム「室賀の里」の様子や、ホームヘルパー、移動入浴などの在宅サービス、民生・児童委員の活動や、シルバー人材センター登録者の活躍ほか、現場でのインタビューを中心とした内容。テレビ局と取材を同行して、とても30分の番組で高齢者福祉のすべてを語るのとはとても無理だ。ほんの一部だけでも知っていただけたら…。ビデオは秘書課でお貸ししますのでどうぞ。(にしざわ)

健康

ちばん
いい



●小林千夏ちゃん
(3か月・新田)
「3時間ごとの授乳のつ
らさも、この子の笑顔を見
ると忘れてしまいます」と
母の真理子さん。

保健ガイド

保健予防課 (内線 1374)

■痴ほう性老人をささえる家族の会

▷とき 12月5日(月)午後1時30分から3時30分まで
▷ところ 市保健センター (市役所南庁舎2階)
▷内容 「痴呆のお年寄りの接し方について～痴呆相
談の中から～」と題して、国立小諸療養所看護婦・堀
内静子さんによる講演、介護体験を通しての話し合い
▷その他 当日介護を代わってくださる人がいない
かたには、婦人ボランティアが伺います。また会場へ
いっしょに来られた場合には、別室でお相手をします。
希望者は12月2日(金)までにご連絡ください。▷問い
合わせ 保健予防課 (内線1377)

■12月1日は「世界エイズデー」

▷テーマ 「Living with AIDS—エイズと共に生きる」
「AIDS and the Family—エイズに取り組もう！家
族みんなで」▷標語 「エイズは予防できる病気です」
(以上WHO＝世界保健機構による)

■エイズの検査・相談

▷とき 毎週火曜日
午前11時から11時30分
まで▷ところ 上田
保健所 (材木町1・上
田合同庁舎内) 2階
▷その他 予約は不要
ですので、直接おし
ください。また、直通
の電話相談もあります
(☎237149)▷問い
合わせ 上田保健所
(☎231260)



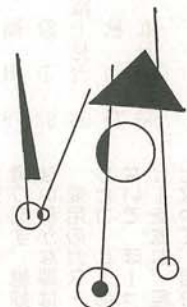
トイレのくみ取り

年末年始の休業

12月29日～1月3日

トイレのくみ取りが12
月29日(木)から1月3日(火)
まで休みになります。な
お、12月23日(金)は操業し
ます。例年、年末になると
くみ取りが集中しますの
で、早めをお願いするよ
うにしましょう。

●問い合わせ 保健予防
課 (内線1372)



上田市医師会夜間急患センター

専用電話が入りました

☎229992

(注)

1. 入院・手術が必要と思われる場合には、救急車
(119番)をお呼びください。
2. 土曜日以外の日の夜間には、最寄りの医療機関
をご利用ください。

■上田市医師会

▼開設日時 毎土曜日 (夜6
時30分～10時)
▼診療科目 内科・小児科

