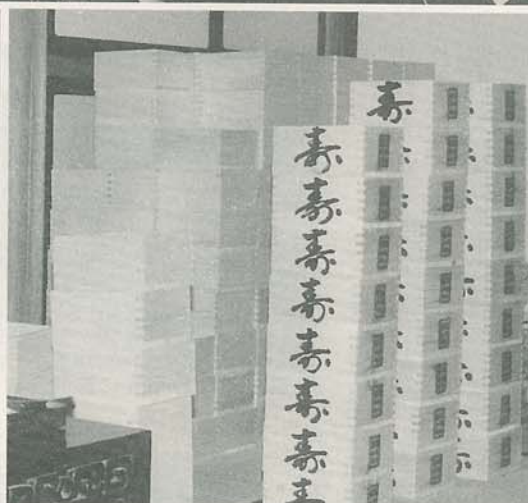
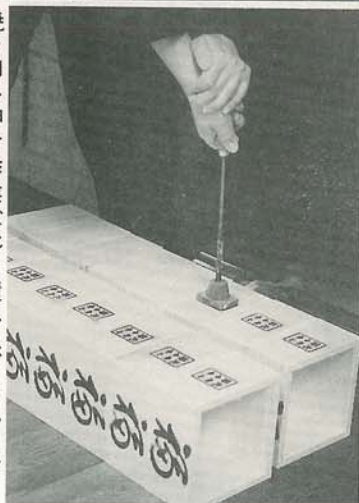


住職が一つひとつついでに600個の升に文字を書き入れる



焼き印を押す作業(左)と積み上げられた升



別所温泉の常楽寺では、節分会に使われる「福升づくり」が、1月12日から始まりました。

半田孝淳住職(77歳)が、^{ひのき}檜の升一つひとつに「福」と「寿」の2文字を鮮やかに書き入れ、焼き印が押されます。福升は、2週間ほどで約600個を用意。2月3日の北向観音堂節分会には、多くの年男男女女らが参加して豆がまかれ、毎年境内はおおぜいの人びとでにぎわいます。



“無病息災”升に込める

～常楽寺で「福升」づくり～

データ (1月1日現在)

人口/121,770人(+78)	男/59,698人(+61)	女/62,072人(+17)	世帯/41,688(+73)
外国人登録者数/1,478人(+17)	男/860人(+18)	女/618人(-1)	

〈再生紙を使用しています〉

2/9

中国・寧波市と友好都市提携

理解と親善深めよう！

上田市と中華人民共和国浙江省寧波市は、教育・文化・スポーツ・経済などの交流により、いっそうの相互理解と親善を深め、地域社会の発展を図り、両国の友好と平和に寄与するため、友好交流都市の提携をします。2月9日には、竹下市長をはじめとする訪中団が中国を訪れ、寧波市で提携の調印が行われる予定です。

平成3年以来相互に訪問 研修生などで理解深める

上田市と寧波市とは、以前から市民による相互交流が行われていましたが、平成3年11月に寧波市政府代表団が市役所を表敬訪問して以来、お互いに訪問団を派遣したり、農業バイオセクターにおいて2名の農業研修生を受け入れるなど、相互理解を深めてきました。

また、平成5年10月に上田市国際交流研究委員会から報告書が提出され、寧波市との友好都市提携の促進について提言がされました。これを受け市では寧波市との友好都市提携に向け検討を進めた結果、両市の交流をいっそう活発化し、相互の友好



平成3年から相互に訪問を重ねた



農業研修生の受け入れ(平成5年)

と発展に寄与するため、友好都市を結ぶことになりました。2月8日には、竹下市長、小山市議会議長をはじめ各種団体からの代表ら13名が訪中し、翌9日、寧波市で「友好交流都市」提携の調印をする予定です。

寧波市は中国の浙江省上海の南約170kmに位置し、人口は約520万人（うち都市部は約110万人）、面積9365km²（うち都市部は1033km²）。都市部は、海曙・江東・江北・鎮海・北侖の5区、農村部は、鄞・象山・寧海の3県と余姚・慈溪・奉化の3市からなり、亜熱帯性気候（平均気温約16℃）で、温暖な山紫水明の都市です。

520万人の工業都市 中国政府も重点投資

工業では、中国が対外開放する14沿海港湾都市のひとつで、中国政府の重点投資が行われています。近代的設備を誇る北侖港や寧波経済技術開発区（日本でいう工業団地）を中心に繊維・機械・石油化学・軽工業などを主体として電子・薬品・建築資材・工芸美術が製造されており、浙江省の重要な工業基地となっています。また、国際飛行場の開設、発電所、高速道路、通信網などの都市基盤整備が整いつつあり、急速な発展を



寧波市全景(上)と北侖港

遣唐使以来の玄関口 日本の文化にも影響

また、農業では、自然条件に恵まれ、水稲・大麦・綿花・食用油・茶・野菜・みかんなど多種な農産物が生産されています。

歴史的にみると、古くから対外貿易の重要な港であり、唐の時代には我が国の遣唐使船が着岸、帰国する港でした。鎌倉・室町時代にも公私の貿易船が往来し、日本文化の形成にも大きな役割を果たしてきました。また、上田の地に禅僧文化

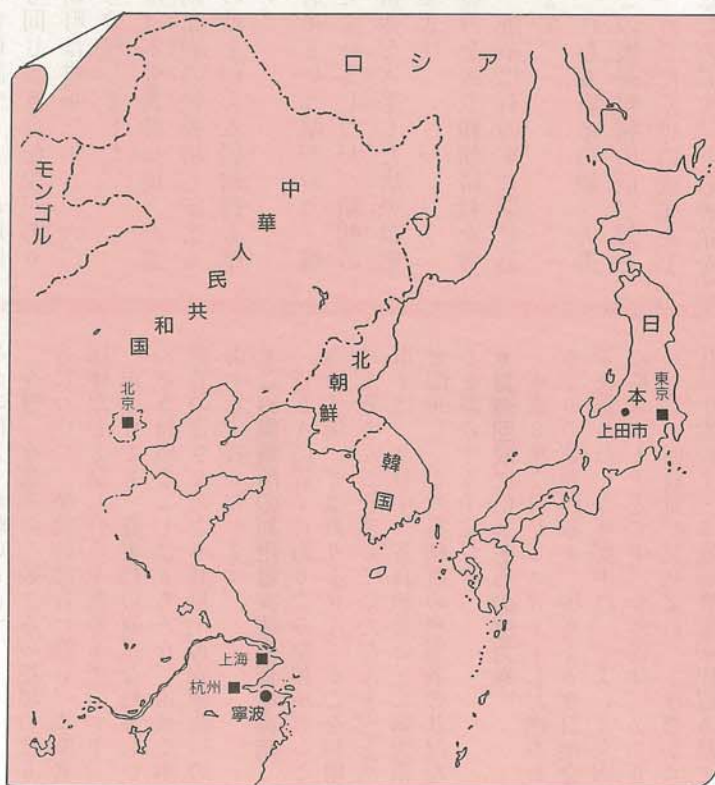
をもたらした別所安楽寺開祖の樵谷惟仙禅師と中国禅僧で安楽寺二世の幼牛恵仁禅師らが去来した場所でもあります。現在も、古くからの文化財が残されており、国指定の「天一閣」図書館、中国で現存する最古の「保国寺大殿」、中国禅宗の名刹「天童寺」、「阿育王寺」などが有名です。



寧波市内でも代表的な名刹・禅宗の天童寺



都市部は5区に分かれ、人口は約110万人





文化遺産と伝説の舞台

■案内図（一部）



手塚は伝説とロマンの里です。

皇子塚、手塚太郎五輪塔、唐糸観音、舌喰池などにまつわる物語は、手塚の歴史を知る貴重な文化遺産といえましょう。

皇子塚は塩田平を一望できる眺めのよい場所にあります。直径約十五メートル、高さ約三メートルのこの古墳からは曲玉、直刀、土器類などが出土し、七・八世紀（古墳時代後期）のものと推定されています。塩田平を支配した豪族の墓の一つと考えられますが次のような伝説があります。

塩焼王の子が反逆罪によって処刑された時、崇りをおそれて遺体を四裂し両手をこの塚に埋葬したということです。手塚という地名にちなむ伝説でしょうが塩田新町の王子塚にも同じような伝説があります。ちなみに新町は寛永二年（一六二五）に手塚村から分村しました。

手塚太郎五輪塔は木曾義仲に従った武将・手塚太郎金刺光盛の供養塔と伝えられ、手塚氏発祥の地を伝える居館跡も確認されております。

手塚太郎には唐糸という娘がおり、鎌倉で源頼朝に仕えていましたが、頼朝の本曾義仲討伐の情報を入手した唐糸は密かに義仲に知らせます。

義仲は唐糸に短刀を送り頼朝暗殺を命じますが疑われ、唐糸は石の牢に閉じ込められてしまいます。

手塚村には十二になる唐糸の娘・万寿がおりました。この娘が頼朝の前で舞をまっけて感動させ、めでたく母の唐糸を石の牢から救い出したのです。その唐糸を

市民一体となった

ごみ減量にご協力を！

■事業所から出るごみの処理

昨年6月、「上田市廃棄物の処理及び清掃に関する条例」が改正され、市民・事業者・行政それぞれの役割が明確にされました。

事業活動で出たごみは、事業者の責任で処理することが原則です。ごみ集積所はあくまでも、家庭のごみを収集するために設置されているものです。事業活動で出たごみの集積場所ではありません。また、再生品の利用、過剰包装の抑制などの協力もお願いします。

今後、事業系の一般ごみの処理の在り方について、条例の趣旨に沿い、事業者団体などと話し合いを進める予定です。市としても、廃棄物の適正な処理にいつそう努めることはもちろん、市民や事業者の皆さんのごみ減量・再資源化への努力を支援いたします。

■ごみ集積所の利用者実態調査を実施

皆さんの近くにあるごみ集積所は「ごみ捨て場」ではありません。そこを利用する皆さんで管理していただくものです。市では、2月中に各自治会ごとに調査票を配布し、ごみ集積所の利用者の状況などを調査する予定です。

■資源回収にいつもの協力を

平成3年7月からスタートした燃やせるごみの資源回収も、現在139自治会で実施され、今年度中に、いよいよ全市に拡大する予定です。今年度は、2500トンの回収量が見込まれ、1世帯から月に平均約7・5kgの資源が回収されて

「兵庫県南部地震」救援募金

被災者の皆さんに温かい気持ちを！

去る1月17日に発生した「兵庫県南部地震」は、大都市を直撃した地震としては戦後最大で、神戸市などにおいて多くの人命が奪われる大惨事となりました。

また、建物の多くが倒壊したり火災で消失したほか、道路や交通機関などの被害が大きく、多くの住民が避難生活を強いられ、不安な毎日を送っています。

こうした災害はいつ、どこで起きるか予想もつかず、わたしたち上田市民にとっても他人事ではありません。

お亡くなりになったかたには、心よりお悔やみ申し上げるとともに、被災者の皆さんが、一日も早くこの災害を乗り越え、復興に向かって立ち上がられるよう激励の意を込めて、救援のための募金を次により行い、上田市民の温かい気持ちを被災者の皆さんにお届けできるよう、ご協力をお願いします。

◆募金箱設置場所／市役所本庁舎・南庁舎1階ロビー、教育委員会庁舎1階(体育課前)、上田創造館1階ロビー、塩田支所、川西支所、豊殿支所

◆募金箱設置期間／1月20日金から2月28日火まで

◆問い合わせ／企画課(内線1222)



義援物品については、上小地方事務所総務課で2月20日(月)までの間(閉庁日を除く)午前8時30分から午後5時まで受け付けています。なお、対象品目は、トラック輸送できるよう梱包された食料品(常温で2週間以上保存可能なもの)、日用品(衣類を除く)、および医薬品などです。

●問い合わせ 上小地方事務所総務課(☎257113)

地震などの災害に備えて

- ①我が家の避難場所を確認しておきましょう。
- ②火が出たら「火事だ」と大声で叫び、隣近所に協力を求め、すぐ消火しましょう。
- ③家具などが転倒しないように固定しておきましょう。
- ④ストーブは、耐震装置付きを使用しましょう。
- ⑤プロパンガスのボンベは鎖でとめ、灯油タンクは固定し、転倒しないようにしましょう。
- ⑥消火器の取り扱い方法を、もう一度確かめましょう。
- ⑦貴重品・懐中電灯・衣類・応急医薬品・カンパン・缶詰・水を非常持ち出し袋の中に入れておきましょう。

伝説が残る皇子塚。手塚にはこの他にも多くの伝説が伝わる。



供養したのが手塚の唐糸観音とのことですね。

この物語は室町時代(十五〜十六世紀)の短編小説『唐糸草紙』(作者不明)によるもので、その当時流行した孝行談の代表作ですが、手塚は中世文学ゆかりの地でもあるのです。

舌喰池の伝説は池の工事にまつわるものです。堤が幾度となく崩れてしまうので人柱を立てることになり、籤で当たった者が舌をかみ切って犠牲となり堤に埋められたといいます。農業用水確保の苦労を言い伝える悲しい話です。(平野勝重)

います。

各自治会さまさまざまな方法で周知を図っていますが、資源回収にいつそうの協力と、生ごみなどの自家処理によるごみの減量をお願いします。

■新年度から資源回収日の変更が

資源回収の実施自治会の増加により、今年4月から、近隣自治会ごとに回収日を再区分する予定です。回収日が今までと変わる場合もありますがご了承ください。(詳しくは、3月16日号の広報に掲載します)

●問い合わせ 生活環境課(内線1387)

うえだ・UEDA

マイタウン 広場



ここが好き

(46)

再発見

岡城跡 (岡)



独特の三日月壕残る

岡城は、浦野川の北、断がいを利
用して築城した平城です。本丸と二
の丸があり、本丸は中央南寄りの浦
野川を望む位置に。そして南を除く
三方に内壕・外壕をめぐらした、二
重壕の城だったようです。さらにそ
の外側には三日月壕があり、武田氏
独特の築城方法といわれているそう
です。わたしが小さいころは、この
土塁の急坂でよく遊んだものです。
案内板によると、天文20年代に武
田信玄が川中島に進出にあたって、
村上義清・上杉謙信との戦いに備え
た前進基地といわれ、城の規模は、
東西約460メートル、南北約26
5メートル、総面積7万5000平
方メートルと書かれています。相
当広い城だったことがわかります。
現在、壕の部分は、畑地として埋
められていたり、さらに昭和30年代
には、今の市営住宅や県営住宅が建
てられたので、だいぶ面影が失われ
ましたが、ところどころに壕の跡が
残っています。

お話・水沢昭一さん(岡)

わたしの
ぼくの



芝生のサッカー場 上田にも欲しいな

関 照彦くん
(神川小・4年)

僕の夢は、サッカー選手
です。サッカーは、小さい
ときからやっていて、シュ
ート力も強くなりました。
Jリーグでは、フリー
ゲルスのエドゥー選手が好

きです。魅力は黄金の左足。
外国では、イタリアのパ
ジョ選手。自分に負けない
力強さが好きです。僕も自
分に負けない力強さを持っ
て、がんばろうと思います。

ごみ集積所もっときれいに

春原金子さん(52歳・袋町)



飲食店の多い場所柄、いつもご
みがたくさん出されます。収集日
でないのに平気で置いていく人、
燃えるごみの中にびんや缶を混ぜ
てあるごみ袋…。わたしは、ここ
に住んでいて、商売もさせてもら
っているので、きれいになってい
れば気持ちいいでしょ。だから犬
の散歩のついでに、収集場所や通
りを、掃いたり片づけています。

ごみ収集日の看板を手書きで大きく作りましたが、な
かなか守られないですね。外国人も多いので、タイ語な
どの大きな看板も必要だと思います。分別されていない

ごみ袋も多く、わかる
範囲で、びん・缶・パ
ックに分けています。
ちょっとした心遣いで
お互いが気持ちよく生
活できるんですけどね。





その④

気候・建物の違い

これからもお付き合いを

昨年の4月、インド料理のチーフコックとして上田にやってきて、10か月になりました。

雪景色が大好きに！

昨日長野に行ってきましたが、楽しいことがありました。長野には雪がたくさん積もっていて、屋根の上や道や木がみんな真っ白。いっしょに行った友だちと、外に出て、雪を手で丸め、投げ遊びました。

日本に来て初めて雪を見たときは…。朝起きたら、一面真っ白で、びっくりしました。雪というものを話しには聞いていましたが、触ってみてもとても冷たかった。みんなで記念写真も撮りました。

インドのわたしの家があるところでは降りませんが、紅茶で有名なダージリン地方には、雪が降り、スキー場もあるようです。1998年に長野で冬季オ

リンピックも開催されるようですが、インドからもスキーの選手がやってくると思います。楽しみです。

日本の建物はきれい

インドの建物は、だいたいレンガでできています。日本に来て、木でできた家を見てびっくりしました。こんなもので何年も持つのかって…。でも、住んでみてとてもきれいですね。それにうまくできています。中から見れば木ですが、外観は木でないようです。

障子やふすまもきれいですね。でも最初は、障子に紙が張ってあるとは思わず、手で破ってしまいました。

上田公園の櫓門にも行ってみました。でもお寺かなと思って、中には入りませんでした。イスラム教徒なので、神社やお寺には行ったことがありません。

いろいろ行ってみたい

インドは広い国です。見どころもたくさんあります。カルカッタやマドラス、アグラ：タージ・マハルは有名ですね。わたしも行ってないところがたくさんあります。

日本に来てからは新潟や伊豆、静岡などへ遊びに行きました。いろいろなところに行ってみてみたい。英語はだいたい理解できますし…。ほかには韓国、中国、香港にも遊びに行きました。

2月下旬に1か月ほどインドに里帰ります。インドでは「MADE IN JAPAN」の製品が喜ばれるので、お土産に日本製のラジオやボールペンなどたくさん買いました。両親や兄弟、そして妻、3歳と1歳の子どももわたしの帰りを待っています。

これからもインドを身近な国として、付き合ってください。

(おわり)



タージ・マハル廟(インド・アグラ)

朝、お茶を多く飲む

もともと動いているほうが好きな性分なので、それが結果的には、体のためにいいのじゃないか。散歩をしたり、写真を撮ったり、以前は釣り、それにわら細工などもやっていました。

わたしは毎朝、お茶をたくさん飲むのが日課です。湯のみでだいたい5〜6杯、汗が吹き出すくらい飲みます。このおかげで便秘にもならないし、一日とても調子がいいんです。

現在、報恩寮で寮生の皆さんといっしょに生活しています。寮では、詩吟や民謡、音楽などのクラブにも参加。月に1回の活動が楽しみです。以前は人前でうたったりするのをいやがっていたのが、やりだしたら好きになってしまいました。うたうことは、ほけないためにも役立っているようです。

今度暇をみつけて、好きでやっていた「わら細工」にまた挑戦したいと思っています。



樋沢森雄さん
(84歳・川辺町)

若さの秘密
わたしの場合 ⑮

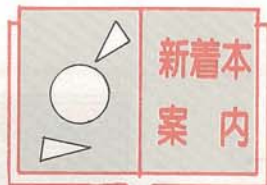
マイタウン広場



皆さんの「ご応募」をお待ちしています！

「うえだマイタウン広場」は、市民の皆さんに参加していただくページです。次を参考に、市役所秘書課・広報担当(〒386 上田市大手1-11-16、☎24100内線1112)まで、どしどしご応募ください。

「上田再発見・ここが好き」(あなたの好きな風景や場所)、「ゴミニケーション・減量のこつ」(ごみ減量やリサイクルに関するアイディアや提言)、「わたし・ぼくの夢」(21世紀の上田市や自分の夢を描いた小・中学生の作文)、「若さの秘密・わたしの場合」(元気なお年寄りの秘けつ、健康法など)、「あなた・わたしの声」(皆さんが感じていること、主張、提言など)



図書館 ☎ 220880

アメリカの小さな大学町……………浦田誠親
将たる所以……………梅原 猛
所得税止論……………安部 忠
悪党的思考……………中沢新一
日本の遊び歌……………川崎 洋
焼き菓子とパン……………竹野豊子
医者からもらった薬草早わかり事典'95年
奇跡の島……………鷺沢 萌
使いみちのない風景……………村上春樹
朱に交わればしゅらしゅしゅ……………竹中直人
人生学校—幸せを呼ぶ生き方の秘訣—宇野千代
娘と少年……………マルグリット・デュラス
死ぬまでになすべきこと 続……………式田和子
京都隠れ古寺百選……………富永航平
情報頭脳をもちなさい—このままでは日本は頑
張りながらダメ……………竹村健一
心の病理を考える(岩波新書)……………木村 敏
私の遺言……………淡谷のり子
C・W・ニコルの森の時間……………C・W・ニコル
ミイラの謎……………フランソワーズ・デュナン
老いの周辺……………上坂冬子
情況へ……………吉本隆明
風の故郷へ—全エッセイ・ベストコレクション—
……………五木寛之
女・百の首……………宮 林太郎
奇説慶安太平記……………荒川法勝
雪よ荒野よ……………佐々木譲
老虫は消えず……………童門冬二

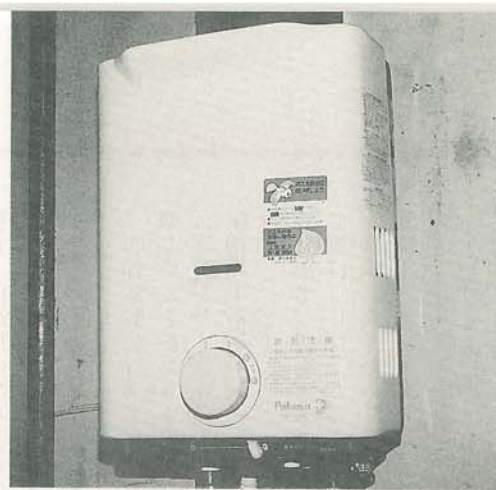


不用品 交換情報

ゆずります

▽50ccバイク 100000円
▽自転車(22インチ、ピンク) 無料
▽ストープガード 無料
▽ファンヒーター(F式) 100000円
▽勉強机(6000円、20000円、
無料) ▽応接用ガラステーブル
無料
▽ルームランナー 10000
0円
▽スキー・ストック(170

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1399
0)へご連絡を。



省エネルギーは、ちょっとした節約から

わたしたちの生活は、多くの
資源やエネルギーによって支え
られています。しかし、これら
の資源やエネルギーは無限度に
ありません。
わたしたち一人ひとりが、ほ
んのちょっと節約を心がけるだ
けで相当な量の「省エネルギー」
ができます。皆さんも、身近で
自分にできることから実践しま
しょう。

家庭での節約10の提案
①室温はおおむね20℃に
②部屋の保温を心がけよう
カーテンは厚手のものにして
天井から床まで垂らし、また、
できるだけカーベットの敷いた
り、窓や壁などの目張りをしま
しょう。
③暖房機器の置き場所に工夫し
よう

暖房機器は、空気の対流を考
えて、窓側を背にして置くよう
にしましょう。
④暖房機器の選択は適切に
部屋の用途や大きさ、使う人
に合わせたものを選ぶようにし
ましょう。
⑤暖房機器のお手入れを
お手入れしないで、エネルギ
ー効率がアップします。
⑥電気こたつ・カーベットの使

■問い合わせ 生活環境課(内
線1390)
⑦住宅に断熱材の使用を
⑧太陽熱を取り入れよう
天気の良い日はカーテンを開
けるなどして、太陽熱をじゅう
ぶんに取り入れるようにしまし
よう。
⑨風呂を上手に使う
⑩お風呂を上手に使う
水張りは沸かす直前に、沸か
すのは入浴直前に。入浴は続け
て入りましょう。
⑪湯沸かし器の使い方に工夫を
瞬間湯沸かし器のパイロット
バーナーのつけっぱなし、お湯
の流しっぱなしは無駄ですので
やめましょう。

暮らしの

メモ

エプロン百科

熱が逃げないよう工夫 暖房機器は効率的に!

身近にできる省エネルギー



女性のやわらかさ、福祉に

北澤季実子さん（上室賀）

昨年7月、室賀に開所した上田市在宅介護支援センターで働いています。ここはほかに特別養護老人ホーム「室賀の里」や室賀デイサービスセンター、しいのみ療護園などの施設がいつしよになった複合施設です。

わたしの仕事は、さまざまな福祉サービス（入所、デイサービス、ショートステイ、介護用品の相談ほか）を希望する人と施設との間に入って、サービスを調整する役目。「サービス調整コーディネーター」というのでしょうか。要請のあったサービスに對して相談員さんを通してつないで

あげるとか、介護用品の説明や使い方、業者の紹介などをしていきます。以前は看護婦をしており、福祉の仕事は初めてなので、今は一つひとつゆっくり勉強させていただいている段階です。一人前のような顔をして相談に応じたり、家庭を訪問したりしていますが、まだまだ慣れない仕事なので、実をいうと内心ドキドキって感じてすね、やつぱり…。

自分が相談を受けたケースが、入所なり、ショートステイなり、デイサービスなり、どんな形でも希望されたサービスにつながった場合はも

う、うれしくてたまりません。逆に、なんとかしてあげたいという気持ちと裏腹に、家族のかたや本人の意向などで、希望どおりにつなげられないときのジレンマ、現実と努力の狭間で、の力不足をつくづく感じます。

この仕事をしていて思うのは、女性でよかったということ。女性が持つ独特の「やわらかさ」が生かされるように思うのです。わたしも、いつかは「室賀の介護支援センターの、あの人に相談してよかった」と言われるような相談員になれるよう、前進していけばいいですね。

自覚症状ない成人病
定期的に受診申込を

●各種検診のお勧め

Q 「各種検診の申込書」が届きました。が、毎年受けたほうがいいのでしょうか。

A 日本人の死因のおよそ6割は、がん・心臓病・脳卒中などの、いわゆる「成人病」です。成人病の多くは、自覚症状がほとんどありませんので、気づいたときにはすでに手遅れ、といった人も少なく



定期検診を受けましょう

あります。しかも、社会においても家庭においても、中核をなす働き盛りの人を襲うのです。

そこで求められるのが、定期検診です。定期検診を受けると、次のような効果があります。

①病気の早期発見。早期治療につながります。

②健康状態の変化が、毎年継続的にわかります。

③仕事や生活習慣の、健康に与える影響がわかります。

④健康に対する認識が深まり、ふだんの生活を反省するよいきっかけとなります。

⑤家族の健康への関心が高まり、家族ぐるみの健康づくりを求めるようになります。

⑥若いときからの受診は、健やかな老後を送れることにつながります。

以上のようなことから、年に1度は必ず定期検診を受けるようにし、自分の健康は自分で守っていくようにしましょう。

なお、まだ申し込まれていない人は、保健予防課（内線1376）または各支所まで提出してください。

	(cm)	2000円	▽和服	1000円
額・掛け軸	1000円	2000円	▽	
▽女児長靴(21cm)	無料	▽女児リュックサック(ピンク)	無料	
▽座いす	1000円	▽古本	500円	
▽ギター	無料	▽メロデーイオン	無料	
▽木琴	無料			

ゆずってください

リー ▽産着 ▽歩行器 ▽ベビー
 カー(A型) ▽8トラック用カセ
 ットデッキ ▽ロードレーサーバイ
 ク ▽座卓 ▽食器棚 ▽書棚 ▽
 スキーウエア(175cm・男、12
 0cm・男) ▽スピードスケート靴
 (22・23cm) ▽少女コミック誌

情報

テーブル
市役所 ☎ 4100

「第二次女性行動計画」策定のため
広聴会にご参加を！

日 程	場 所
2月22日(水) 午後1時30分～3時30分	塩田公民館
2月27日(月) 午後2時～3時30分	西部公民館
2月28日(火) 午後7時30分～9時	上野が丘 公 民 館



お出かけください
創造館2月の催し

● ● ●
■第2土曜日学習施設活用催し「水の中の生き物たち」カワゲラの仲間たち②(観察・実験)

▽とき 2月11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4年生以上 ▽参加費 無料

■第9回親子パソコン教室

▽とき 2月11日(土)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

2月5日(日)午前9時より電話で創造館へ(☎ 1111)

■第9回一般成人パソコン教室

▽とき 2月25日(土)・26日(日)午前9時～午後4時30分 ▽対象 上小地域在住または勤務する18歳以上の人20名(先着順)



幼稚園児絵画作品展は旧宣教師館で

▽受講料 500円 ▽申し込み 2月19日(日)午前9時より

電話で創造館へ(☎ 1111)

■わら細工「わらざり作り」を体験してみませんか

▽とき 2月26日(日)午前9時30分～午後1時30分 ▽持ち物 鼻緒にする布(幅5～6cm、長さ60cmの布2本)

■写真まゆ年度賞コンテスト写真展(市内の公民館・高齢者福祉センターで写真を生涯学習としているかたの写真展)

▽とき 2月12日(日)～22日(水)午前9時～午後4時30分(最終日4時まで)

■幼稚園児絵画作品展

▽とき 2月10日(金)～20日(月)午前9時～午後4時(水曜日は休館日です) ▽ところ 旧宣教師館(リサーチパーク内)

▽入場料 無料 ▽展示内容 聖マリア幼稚園園児による絵画

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
2/3・4	市民劇場2月例会 音楽座公演 「アイ・ラブ坊っちゃん」	3日 18:30 4日 13:30	会員券	上田 市民劇場 ☎ 9697
19日	長野オリンピック ボランティア研修会	13:30	関係者	NAOC 0262 ☎ 1864

文化会館

●材木町1-2-3・☎ 0760

月日	催 し	時間	入場方法	問い合わせ
2/8日	第42回高学年例会 落語協会 「子ども寄席」	18:30	会員券	上田 子ども劇場 ☎ 4756
18/19	文化創造祭 (利用者舞台発表)		無 料	文化会館 ☎ 0760
22日	第8回 共済加入者大会	13:30	無 料	商工会議所 ☎ 4500

創造館

●上田原1640・☎ 1111

月日	催 し	時間	入場方法	問い合わせ
2/8日	平成6年 還付申告事前説明会	9:30	無 料	市民税課 ☎ 4100



建設工事などの入札 参加願は管理課へ

● ● ●
平成7・8年度に市の建設工事および建設コンサルタント業務の入札に参加を希望されるかたは、書類を提出してください。
▽受付期間 平成7年3月1日(水)から同31日(金)まで ▽提出

収納代理金融機関 事務取扱店が追加

● ● ●
・問い合わせ 管理課(市役所本庁舎2階・内線1503)
▽その他 今回の受け付けから、用紙のサイズは「A4判」でお願いします。

2月6日(月)から、上田信用金庫川西支店が開設されます。

これに伴い、市の収納代理金融機関の事務取扱店として公金ご利用ください。

▽住所 上田市大字小泉71番地5 ▽電話番号 ☎ 7755

ごめい福を
お祈りします

(12月届け出分・敬称略)

青木歌子	上室賀	72
半田よう	新田	82
沼田亀治	馬場町	73
久保田芳宏	川辺町	57
滝沢 甫	新町	96
松木正治	八舞	80
松田とし	常入	79
矢島ノブ子	梅が丘	71
後藤義夫	鍛冶町	47
石田茂登	秋和	73
小林光一	下吉田	75
宮原侯一郎	金剛寺	92
嶋崎トク	上川原柳町	94
佐藤ささ	泉町	78
西澤吉次郎	久保林	75
伊藤ソメ	上紺屋町	93
井澤正雄	越戸	58
山岸ハツノ	柳町	76
田中實男	中之条	90

宮澤はな	新屋	91
若林しずい	新田	73
倉沢正紀	川辺町	16
宮下つるよ	越戸	70
田中光重	御所	78
長井一成	長島	68
宮島春代	御所	86
西山きさを	南天神町	87
松原しう	小牧	94
小菅 傳	下郷	70
原 みよ	丸堀町	79
吉池廣實	野倉	60
馬場直次郎	上塩尻	93
小島正二	分去	68
神林みつじ	下郷	81
片岡とみ	小牧	89
森 豊子	松尾町	62
小林和夫	神畑	76
勝田利子	大湯	76
小坂井吉江	中之条	86
坂田もとじ	黒坪	69
樋口和子	手塚	64
北澤 清	八木沢	87
松崎義人	下之郷	76
中嶋タミヨ	上鍛冶町	80
柳原秀幸	下室賀	30
篠原きく子	下塩尻	68
坂下睦子	岩門	63
池田満支	八木沢	56
高橋三勢	上川原柳町	84
北村正次	上川原柳町	80
佐々木正造	上塩尻	79
中村きり子	上田原	67
坂口あさ子	西野竹	46
倉島好一	伊勢山	63
古畑孝司	倉升	73
宮下則夫	中村	71
松澤菊江	倉升	81
手塚紀子	金剛寺	86
堀内静生	大屋	84
荒木文代	下室賀	74
竹内金太郎	秋和	88
白井潤之	大屋	77
岩室政幸	みすず台北	72
山本つる	倉升	82
赤坂武一	新田	83
森 秀男	新田	79
保野周一	保野	70
關 茂	赤坂	80
加々井すみ子	御所	68
三塚正次郎	南天神町	78
清水トエ	学海南	82
小林ワカ	ひかり	83
下野照夫	大久保	67
清水鈿一	上塩尻	82
田中マサ	中之条	91
平田けさじ	三好町	65
市村恵佐	下紺屋町	88
田口つぎ子	鍛冶町	92
伊藤ヨシ子	川辺町	79
深井美代	大湯	80
竹内 正	木町	81
平林 經	五加	74
樋口 鶴	染屋	97
三井延義	伊勢山	45
浜 好彦	下之郷	62
西川芳子	中組	69
中山よし	下之条	85
富沢頼忠	大久保	92
坂下金壹良	新屋	94
山岸はや	緑が丘北	95
東川良三	山田	85
荒川義徳	下郷	83
關 澄子	下川原柳町	72
堀内富子	浦野	84
藤生正明	金井	62
増田良一	小泉	56

牛乳パック回収箱
一部取り外します

次の施設に設置されている「牛乳パック回収箱」(資源回収用)は、この4月から取り外すことになりましたので、ご了承ください。

●牛乳パック回収箱を取り外す

場所

①市役所南庁舎入口②各公民館③川西支所④豊殿支所

●次の場所では引き続き回収しています

①各自治会の資源回収場所②現在、回収を実施している各商店

▽問い合わせ 生活環境課(内線1390)

納税組合に加入や
脱会とは組合長さんへ

納税組合に加入したり、口座振替に切り換えるなどで組合を脱会する場合は、市役所ではなく、組合長さんに申し出てください。

組合員に異動があった場合は、組合長さんは速やかに、異動届を収税課へ提出してください。

▽問い合わせ 収税課(内線1305)

「児童扶養手当」は請求
手続きが必要です

父親がいない児童を養育している母親や、母親に代わってその児童を育てている人、児童の

父親が重度の障害を持つようになった場合の母親には、児童扶養手当が支給されます。

支給の対象となる児童は、18歳未満(ただし、心身に基準以上の障害がある場合は20歳未満)です。

手当を受けるためには、請求者と対象児童の戸籍謄本などの書類を児童保育課に提出し、請求手続きを行う必要があります。

▽問い合わせ 児童保育課(内線1636)



請求手続きは児童保育課へ

編集
後記

●今まで防災訓練や避難訓練をしていても、内心は「地震なんどこで起るかわからない」という感じがやっていた。ところが兵庫南部地震の被害をテレビで見ると、地震の本当の恐ろしさを感じた。一瞬のことで、家族を失い、住む家もなくなるとは。あまりにも悲しい状況だが、決して人ごとではない。長野県内は活断層も多く、長野県西部地震も記憶に新しい。今まで地震がなかったらといって安心はできない。我が家でも防災用品を再点検し、家族で避難場所の確認をした。(たなか)

●「地震、雷、火事、親父」と昔からいわれる。確かに地震が怖いもののトッブだというのが、兵庫南部地震の映像で、いやというほど認識させられた。もし、あの大地震の現場が上田であつたら、頭に浮かぶだけでも道路や建物、交通機関などの被害、馴染み深い周囲の山々に起こる山崩れ、文化財の倒壊などなど。加えて、凍つくような寒さ、情け容赦なく降る雪と、ここまで書いて見えていないから、こんなことが書けるのでは。「なにもできないけれど」救援募金箱へ、わずかばかりの「自分の気持ち」を入れた。(にしざわ)

健康

ちばん
い



ひさのり
●佐藤寿紀くん
(1歳8か月・学海北)
「我が家でいちばんの人氣物。バナナとパンが大好きで、シャベルカーを乗り回すわんぱくな子です」と母のかよ子さん。

保健ガイド

保健予防課 (内線 1374)

百日せき・ジフテリア・破傷風

■三種混合予防接種

2回目以降を別表のとおり行います。1月に接種できなかった子どもさんも、2月と3月の2回を受ければ、残りの1回は8月か9月に受けることで、じゅうぶん効果がありますのでお受けください。詳しくは、1月1日付け「広報うえだ」をご覧ください。

▷受付時間 午後1時30分～2時20分 ▷持ち物 母子健康手帳、問診票(赤ちゃん手帳の中にあります)。

会場にも用意) ▷注意事項 予防接種法の改正により、治療中の病気や経過をみていることがある場合には、主治医に前もって相談しておくことが必要になります。また「体温は会場で測定する」ことになりますので、時間に余裕をもってお出かけください。

※できるだけ対象地区の会場でお受けください。変更するときは、保健予防課(内線1374)までご連絡ください。

■三種混合予防接種日程表

会場名	実施日		対象地区
	2回目	3回目	
保健センター (市役所南庁舎2階)	2月15日(水)	3月15日(水)	南部・北部
上野が丘公民館			神科・豊殿
保健センター (市役所南庁舎2階)	2月17日(金)	3月17日(金)	西部・塩尻
三好町会館			城下
塩田母子健康センター	2月21日(火)	3月22日(水)	塩田
神川地区公民館			神川
文化センター (3階大会議室)	2月22日(水)	3月23日(木)	東部・中央
川辺町会館			川辺・泉田
川西社会福祉センター	2月24日(金)	3月24日(金)	川西

■成人病検診の申し込み

平成7年度の成人病検診(胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・基本健康診査)の申込書を1月に全戸配布しましたが、申し込みはお済みでしょうか。

まだ申し込まれていない人は、保健予防課・各支所(豊殿・塩田・川西)へ提出してください。申込者には後日、受診日・会場などをお知らせします(大腸検診は、保健補導員が容器を配ります)。

—— がん予防 行こう検診 守ろう健康 ——

市県民税・所得税の

確定申告

2月16日(木)～3月15日(水)

今年も市県民税・所得税確定の申告をしていただく時期になりました。期間は、2月16日(木)から3月15日(水)までです。

毎年、期限間近になりますと、混雑してお待ちいただく時間が長くなり、落ち着いて相談できないこともありますので、早めに申告をしてください。

正しく、お早めに!

なお、申告の詳細については、自治会を通じてお配りした「市県民税申告の手引き」をご覧ください。

※お願い

保育園へ提出する証明を希望する人は、必ず申告相談時に担当者へ申し出てください。

▷問い合わせ ①2月15日(水)までは市民税課(内線1281～1284・有線0611) ②2月16日(木)～3月15日(水)までは市民会館申告会場(☎4100)

