

昭和58年 3月1日

第 882 号

# 広報 う えだ

毎月1日・16日発行

発行	上 田 市
編集	秘 書 課
電話	上田224100
印刷	田 辺 印 刷



## 救助活動に強い味方

このほど、上田中央消防署に「救助工作車」が配置されました。この工作車には、300m先でも新聞が読めるという照明灯やクレーン、ウインチ、鉄板切断機、酸素ボンベ、無線機など、救助隊の七つ道具が積まれています。これからは、火災や台風、交通事故処理などの救助活動で、強い味方となって活躍してくれるでしょう。

### 主な内容

交通渋滞を考える④	2・3ページ
資源活用推進月間	4ページ
健康づくり・成人病の特徴と予防	5ページ
お知らせ	6ページ
勤労青少年ホームの教養講座に御参加を	7ページ
おくやみ	8ページ
選挙特集	特集1～4ページ

### 市民の動き

(2月1日現在)

総人口	114,078人	(- 21)
男	55,496人	(- 12)
女	58,582人	(- 9)
世帯数	34,909世帯	(+ 28)

( )内は前月比です。

# 交通渋滞を考える(完)

## マイカー通勤者にインタビュー



石井 大作さん

上田市交通渋滞対策会議(会長 小山商工会議所会頭)は、二月七日、「あなたの協力 ゆとりの通勤 マイナス千台運動」をスローガンとした交通渋滞解消策を決定しました。その内容は、①時差出勤 ②ノーカーデー ③二輪車への乗り換え ④公共交通機関への乗り換えの四つの方策を、マイカー通勤者及び事業所などが、それぞれの条件に合った方法を選択して、市民総ぐるみの運動として四月中に実施していこうというものです。皆さんの積極的な御協力をお願いします。

そこで、「交通渋滞を考える」シリーズの最後として、交通渋滞によって影響を受けていると思われるマイカー通勤の代表の皆さんに、解消策をどう受けとめているかなど、次のことをインタビューしてみました。

- ① 勤め先までの朝の通勤時間は、どのくらいですか。
- ② 通勤状態は、いかがですか。
- ③ 交通渋滞解消策がいよいよ市民運動化されていくわけですが、このことを知っていますか。また、どう思いますか。
- ④ 解消策が実施された場合、どの方法で協力していただけますか。



宮原たか子さん

(団体職員・大日本)

- ① 勤め先まで約八キロメートルですが、大体二十五分ぐらいかかります。土曜日は、約五分早く着きます。
- ② 上川原の交差点のところが渋滞するので、大星神社の方をまわっています。
- ③ 新聞で読みました。交通渋滞解消になるのだから、たいへんいいことだと思います。
- ④ 公共交通機関のバスを利用するのが一番いいと思いますが、本数も少なくバス停からもだいぶ歩くので、不便を感じます。十二月から三月にかけて始業時間が九時になるので、この間は時差出勤の形になっています。



和田 万三さん

(団体職員・五加)

- ① 勤め先まで六キロメートルで、以前は三十五分ぐらいかかっていましたが、上田交通別所線赤坂上駅の三好町駅寄りの踏切周辺が整備されたためか、このごろは二十分ほどになりました。
- ② 上田橋の手前が少し渋滞する程度です。
- ③ 広報で知りました。交通渋滞の解消に向けて、少しでも多くの人が協力すべきだと思います。
- ④ 時差出勤が徹底できれば、と思います。勤め先でも時差出勤を実施しています。



朝の通勤時間帯には、市街地に約1万台のマイカーが集中しますが、最低その1割にあたる1,000台を減らすことが渋滞緩和の大きな目標です。  
(古舟橋手前の千曲町で)



## 石井 大作さん

(公社員・半過)

- ① 勤め先まで約七キロメートルで二十分かかります。
- ② 信号の待ち時間が調整されたせいでしょうか、本線の流れがよくなってきます。渋滞するところは、千曲町から古舟橋にかけてです。
- ③ 広報で知っています。アンケート調査がありましたので関心を持ってみます。協力体制として、自治会組織を通してアピールしていくことも大切だと思います。
- ④ バスを利用します。また、同じ方面からの相乗りの方法もありますが、これは大きな問題があると聞いています。



## 奥村清一さん

(会社員・東部町)

- ① 勤め先まで約十キロメートルで、三十分ぐらいかかります。土曜日は、二十分ぐらいで着きます。
- ② 称津街道を通って来ますが、常田池のところが渋滞します。ほかは、そんなに渋滞しません。
- ③ 以前にアンケート調査がありましたので関心を持っていました。内容は、主に広報で知りましたが、もちろん、実施するのはいいことだと思えますが、そのほかに、主要道とそれに接続している道路の信号の調整も考えて欲しいと思います。
- ④ 事業所単位で、曜日を決めてノーカーデーを実施するなら協力します。

# むだをなくし物を生かす市民運動

## 資源活用推進月間

3月7日 ～ 5月8日

省エネ・省資源が叫ばれた。昭和四十八年の石油ショック以来、すでに十年の歳月が流れました。この間、多くの皆さんが資源・エネルギーの節約の努力をし、日常生活の中でさまざまな工夫をし、

そして、私たちの省エネ・省資源に対する意識も高まりました。私たちは、これからも快適な暮らしのために、限りある資源・エネルギーを上手に、むだなく使うことが大切です。



大勢の人でにぎわった昨年の資源活用広場

市では、今年も「むだをなくし物を生かす市民運動」を展開しています。この運動を通して、また新たな気持ちで市民総参加による省エネ・省エネルギーを進めるため、皆さんの御協力をお願いいたします。

### 資源活用広場

「むだをなくし物を生かす市民運動」の一環として、三月七日(月)から五月八日(日)までの二か月間、「資源活用推進月間」を設置します。期間中は、上田市長を本部長とする上田市資源活用推進本部を設け、市の関係各課所がそれぞれの担当する分野で省エネ・省資源の推進をはかります。

推進月間の最終日には、今年で九回目を迎える「資源活用広場」を開きます。また、中部電力(株)、上田ガス(株)、上田電報電話局、上田消費生活センターなどの協賛による「むだをなくす生活展」の開

### ◎投票できる人

投票日現在、満二十歳以上で、それぞれ次の要件を満たしている。

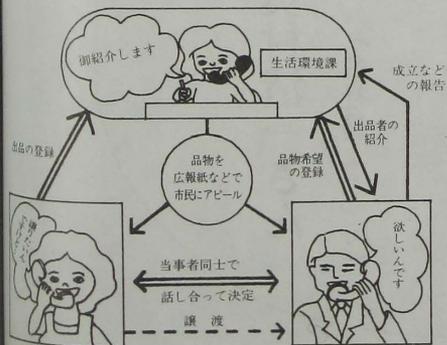
### 省エネルギーの効果(県資料より)

(一応の目安です)

- テレビ(18型カラー)
  - ・視聴時間を1日1時間短縮すると、年間約30kWh(900円)の節約
- 車
  - ・経済速度は、一般道路で40km/h、高速道路で80km/h
  - ・1日50回の空ぶかしで250ccのガソリンを浪費(小型車、4km走行分)
  - ・適正空気圧より20%低いとガソリンを2～3%多く使う。
- その他
  - ・アルミ缶を再生するのに必要なエネルギーは、ボーキサイトから新しい缶をつくるのに要するエネルギーの1/4です。
  - ・天井のみ日曜大工で断熱材(50mm)を入れただけで、暖房費約20%の節約

### 不用品の交換でむだのない生活を!

生活環境課では、不用品の紹介・あっせんをしています。お気軽に御利用下さい。



上田市資源活用推進本部  
(事務局 生活環境課生活係)  
☎24100内線301・有線②0671

本年一月十二日以前から、引き続き上田市に住んでいて、住民票に記録され、さらに選挙人名簿に登録されている人です。

月十日の県議、四月二十四日の市議の二回の選挙で使用することになり、大切に保管していただく。

啓発ポスターコンクール入選作品  
上田東高校・西沢久子さん。

### あかるい選挙



# 選挙特集

## “明るい選挙で 住みよい上田。”

### 4月10日…長野県議会議員一般選挙

(告示3月29日)

### 4月24日…上田市議会議員一般選挙

(告示4月14日)

統一地方選挙は、もっとも身近な選挙です。このためにとかく義理や人情にからまれて、汚れた選挙になりがちです。今後4年間の県政・市政を託すにふさわしい人を選び出すため、よく見極めて投票しましょう。投票総参加、明るく正しい選挙をいたしましょう。

#### ◎投票できる人

投票日現在、満二十歳以上で、それぞれ次の要件を満たしていること。

#### △県議選挙・四月十日投票日

十二月二十七日以前から、引き続き上田市に住んでいて、住民票に記録され、さらに選挙人名簿に登録されている人です。

#### ○転入者

十二月二十八日以後に上田市から県内の他市町村へ転出された人で、まだ転出先の市町村の選挙人名簿に登録されておらず、上田市の名簿に登録されているときは、その登録されている投票所で投票できます。

この場合には、現住所所に引き続き住んでいる証明(現住所地の市町村長が無料で発行します。)を持ってきてください。

#### ○転入者

十二月二十八日以後に、県内の他市町村から上田市に転入された人で、まだ上田市の選挙人名簿には登録されていないが、旧住所地の名簿に登録されているときは、旧住所地の投票所で投票できます。

この場合は、上田市長の発行する「引き続き住んでいる証明(無料)」を持って行って投票することになりますので御留意ください。

#### △市議選挙・四月二十四日投票日

本年一月十二日以前から、引き続き上田市に住んでいて、住民票に記録され、さらに選挙人名簿に登録されている人です。

#### 市内転居者

二月二十八日までに市内で住所を移動し、市役所市民課か各支所で転居の手続きが済んでいる人は、新しい住所地の属する投票所で投票できます。三月一日以後の市内転居者は、前住所地の属する投票所で投票してください。

#### ◎投票できない人

○県議選挙にあつては県外に転出した人。市議選挙にあつては市外に転出した人。いずれも正式な届出の有無にかかわらず、投票日までに転出した人は投票できません。

○名簿に登録されていない人。実際にはそこに住んでいない人。

たとえば、学生などで修学のため、寮、下宿などに住んでいる場合の住所は、原則として寮や下宿にあることになっています。したがって、学生などでこれらに該当する人は、入場券が郵送されても投票ができないことがあります。

#### ◎入場券

入場券は全部郵送によってお届けします。特に、このたびの入場券は、四月十日の県議(四月二十四日の市議)の二回の選挙で使用することになりますので、大切に保管していただく。

入場券は、世帯あてに郵送しますので、それぞれ自分の分を点線から切りとって(県議選の投票の際には、市議選の入場券をつけたままお持ちください)投票所へ持参してください。

入場券が届かない場合でも、選挙人名簿に登録されている人は、投票できますので、選管へおたしかめください。

#### ◎投票できる時間

午前七時から午後六時までです。須川、畑山、長入、岩清水、野倉の各投票所は午後四時までです。投票はなるべく早目に、時間の余裕をみて投票しましょう。

#### ◎投票の方法

県議、市議選挙とも記名式投票です。投票用紙に鉛筆で、一人だけ候補者の氏名を記入してください。

#### 自分で書けない人は

投票は、自分で書くことが原則ですが、手にけがをしていたり、字を知らないで書けないときなどに、投票所の係が、代わって書いて投票することができます。秘密は厳守されますので安心してお申し出ください。

### ◎不在者投票

選挙当日、投票所に行つて投票できない人にかぎり、不在者投票ができます。

期間は、告示の日から、投票日の前日までで、午前八時三十分から午後五時まで、毎日、選挙管理委員会（市役所四階）で行つていきますので、なるべく早目に投票をすませるようにしてください。

#### ○県議選挙

三月二十九日から四月九日

#### ○市議選挙

四月十四日から四月二十三日

投票においてのときは、入場券（届いているとき）と印鑑を必ずお持ちください。

候補者の氏名掲示はありません。

◎市外に一時滞在している人は、滞在地で投票できますので早目に手続きしてください。

◎病院、老人ホーム、身体障害者更正援護施設、保護施設などで不在者投票の指定を受けている施設にはいつている人は、そこで投票できます。

ただし歩行不能で一般の投票所に行くことができない人に限られます。

### ◎郵便による不在者投票

次に該当する人は、郵便による在宅投票ができます。早目に手続きをしてください。

#### 一、投票できる人

身体障害者手帳所持者で、二三級で定められた症状に該当する人。

戦傷病者手帳所持者で特別項症第二項症、第三項症までの人で定められた症状に該当する人。

#### 二、郵便投票証明書の交付申請

投票を希望する人は、選挙人が登録されている市町村選挙管理委員会が発行する証明書が必要ですので申請して交付を受けてください。

（この証明書は、四年間有効ですから大切に保管しておいてください）

#### 三、投票の手続き

選挙の期日前四日（県議選は四月六日、市議選は四月二十日）までに、本人自身の署名により、投票用紙および投票用封筒を請求し本人自身で候補者一名の氏名を記載し、所定の封筒に入れて署名し、本人が登録されている市町村の選挙管理委員会の委員長に、必ず郵便により送付します。

この投票については早目に手続きをするようにしてください。該当者は、事前に選挙管理委員

### 投票の便宜供与

公選法、労働基準法などに、選挙の当日、選挙権を行使するために投票所に行くときは必要な時間を与えなくてはならないとなっています。これは官公庁のみでなく、広くすべての企業、団体及び雇用主に対してこれを求めているものです。

### 立候補手続き

#### 説明会

四月二十四日に行われる市議会議員選挙の立候補予定者と、その関係者を対象に、選挙運動、立候補手続きなどについて説明会を開催します。

出席できる人は、立候補予定者、または事務長予定者ほか二名までとし、一人の立候補予定者について出席者三名以内です。

と き：三月十九日(土) 午前九時

と ころ：市役所六階大会議室

◎県議立候補届の説明も、あわせて行います。

### 選挙公報

#### 県議会議員

県議会議員選挙にあつては、候補者の経歴、政見などを掲載した選挙公報が各選挙区に配布されます。

各世帯あてお届けすることになりますが、短期間に全世帯に配付をしなければならぬため、この配付については、各自治会長さんを通じて御協力をお願いしています。

このたびも、従来どおり自治会長さん方に御協力を願います。が、自治会に加わっていないなどの理由で直接送達を希望される方は、事前に選挙管理委員会にお申し出ください。

また、万一未着などの場合は、各支所または市選挙管理委員会に予備数を準備してありますので、最寄りでお申し出ください。

### ポスター掲示場の設置に御協力を

先の十二月県会において、「長野県議会議員選挙におけるポスター掲示場の設置に関する条例」が制定され、この県議選から適用されることになりました。

これによりまずと、選挙運動用ポスターは、選挙で設置した掲示場以外の場所への掲示は一切禁止されることとなります。

当市では、この掲示場を全市を通じて、三百八十二か所に設置することにしています。

また、市議会議員選挙について、この掲示場の設置については、

ねられ、この三月議会に条例案が提案されます。

もし、条例が制定されますと、市議会選挙においても、県議選同様の掲示場が市内各所に設置され、この掲示場以外へのポスターの掲示は禁止されることとなります。

したがって、今までの選挙時のような、無断で貼られたポスターをめぐつてのトラブルや、違反ポスターが街にはらんする、といったケースはまったく解消されませんが、市議選の場合、立候補予定者数からみて、一か所あたり縦二メートル、横約七メートルという設置場所が必要となりますので、設置場所の提供についてお願いにあがりましては、短期間でですので、なにとぞ御理解、御協力をお願いします。



甲斐 次男

ゆめを  
あつたの  
あつたの

運動  
り、もっ  
あ、や権  
き、人有  
ま、す。選  
で、は、  
し、こに、  
した。

選挙運動用はがき  
はがきを候補者からもらつて知人  
選挙運動用として表示を受けた

個人演説会  
個人演説会で、応援演説するこ  
とができます。

はつきり候補者の氏名をいって  
投票を依頼してもよいし、だれに  
かけてもかまいません。

ばる。花輪をおくる。供花、香典。  
祝儀。病氣見舞。お中元。お歳暮。  
入学祝。出産祝。お祭りの寄附。  
せん別。うちわ。カレンダー。他

## だれにもできる選挙運動

選挙運動は、自由であることが理想であり、もっとも望ましいことですが、自由である、金や権力や情実などにものをいわせてなんでもできる人が有利になり、明るい選挙が行われなくなります。公正な選挙が確保できるように、公選法では、選挙運動に関しいろいろ制限をしていますが、ここには、だれにもできる運動の主なもの掲げました。

### 選挙運動用はがき

選挙運動用として表示を受けたはがきを候補者からもらって知人などに出すことができます。記載する内容については虚偽や公序良俗に反することのないかぎり自由です。

同一世帯内あての場合の表書きは連名でもよいが、工場、事業所会社などへ「御中」または「御一同様」などと書き回覧することはいけないことになっていきます。

このはがきは、必ず定められた郵便局に出すことになっていきます。

### 個人演説会

個人演説会で、応援演説することができま。

### 個々面接

電車、バス、あるいは道路上でたまたま友人や知人に出会い、その機会を利用して投票を依頼することができま。

### 電話による

#### 投票依頼

電話で投票を依頼することは、原則として、どなたでも自由に行えます。

を決する極めて重要な選挙といえましよう。

選挙制度上においても、参議院の比例代表制の導入、県議及び市の設置における公営ポスター掲示場の設置あるいは検討が進められ、金のかからない選挙の実現が、は

## 選挙の年にあたって

上田市選挙管理委員会

委員長 森山 潔

体にも及び、行財政の見直しをよぎなくされていきます。

このように国、地方とも非常にきびしい状況下のなかで、統一地方選挙にはじまるここの連年の選挙は、まさに今後の国、地方の進路

かられようとしています。今こそ、有権者、選挙関係者が一体となって、選挙の重要性を再認識し、明るく正しい選挙の推進を行ってまいりたいと、心から願っています。

はつきり候補者の氏名をいって投票を依頼してもよいし、だれにかけてもかまいません。

しかし、相手の迷惑も考えず、ひとりよがり、かえって逆効果になることもありまので、じゅうぶんな注意が必要でしよう。

このような選挙運動も、実際にできるのは、立候補の届け出が済んだときから投票日の前日までです。

また、公務員や特定の人は他の法律で禁止や制限を受けま。

### 寄附の禁止

公職の候補者などは、時期や選挙に関係あるなしかかわらず、名目のいかに問はず選挙区内にある者（者とは、個人はもちろん国・県・市町村や会社・事業所・団体・組合・神社・寺・自治会など、個人・法人すべて含む）に対して寄附をすることは禁止されています。

候補者などは、候補者が、これから立候補しようとする意志がある人、本人の行動などから見て立候補の意志を有する人と認められる人、すでに公職にある人などを総称します。

### 禁止の一例

国会などの見学におみやげをく

ばる。花輪をおくる。供花。香典。祝儀。病氣見舞。お中元。お歳暮。入学祝。出産祝。お祭りの寄附。せん別。うちわ。カレンダー。他の選挙に選挙献金や政治献金をおくる。酒食の提供。正月など、自宅にきた者に酒食を提供する。給与の返上。色紙をおくる。表彰状に記念品をつける。協賛金。賛助金。催しのプログラムなどに協賛金などの支出など金品をおくること。国、県、市町村に寄附すること。匿名または他人の名義による寄附。社会事業団体にする寄附。単に滞在中の者に対する寄附。その他いかなる名義であっても寄附行為とみられるもの。

### 寄附の要求

選挙区内の公職の候補者などに対して、寄附を求めたり、勧誘してはいけないことになっていきます。

また、国や県や市町村などから補助金、利子補給などを受けたり請負契約や物品納入契約、その他特別の利益を伴う契約の当事者個人、会社、その他の法人などは寄附が禁止されています。

この場合、その相手方は候補者、政党その他の政治団体であること問わないとされています。◎親族の場合のはのぞかれることになっていきます。



最近の新聞、テレビなどの伝えるところにより、衆議院の解散も予想される情勢にあり、近づくに総選挙が行われる可能性もじゅうぶんな考えられるところ。今、国会でも論議のまとなっており、財政再建の問題、防衛



# してはいけない 選挙運動

## 戸別訪問の禁止

戸別訪問とは、選挙運動のために、連続して戸別に選挙人の居宅を訪ねることです。(官公庁、会社、工場、事業所なども戸別のなかにはあります。)

また、一戸だけ訪問してもその状況、内容などにより戸別とみなされることもありますし、玄関内にはいらず軒先、庭などであつても戸別訪問に該当します。単なるあいさつ、名刺をおいてあることなどもいけないことで、何人も戸別訪問することはできません。この場合、立候補届出後であるか、立候補の決意前であるかは、同罪の成立に影響がないとされています。

## 署名運動の禁止

選挙人に対し署名運動することは禁止されています。

## 人気投票の公表の禁止

何人も、選挙に関し、公職に就くべき人を予想する人気投票の結果または結果を公表することは禁止されています。

## 飲食物の提供の禁止

何人も、選挙運動に関しては、その名目はどうであらうと、飲食物(なら加工しなくてもそのままだ飲食物に供し得るもの。たとえば、料理、弁当、酒、ビール、ジュース、果物、菓子など)を提供することはできません。

たとえば、候補者が選挙運動員や労働者を慰労する目的で飲食物を提供する。第三者が候補者を激励するために、陣中見舞として候補者などに飲食物を提供することはいけません。

陣中見舞に清酒をもつていきませんがこれも含まれています。公職の候補者など寄附禁止の条項にふれる場合がありますのでじゅうぶん注意してください。

## 連呼行為の制限

病院、学校、立会演説会場などの付近では静かにするなどの制限があります。

「でならずに 市民は  
ぜんぜん わからない」  
佐藤 幸道



## 氣勢を張る行為の禁止

何人も、選挙運動のために自動車をつらね、または隊をくみ、はち巻をしたり旗などをたてて往來するなどは、氣勢を張る行為で禁止されています。

## 買収饗応の禁止

選挙運動のため、選挙人または選挙運動員に対し、金銭、物品などを

## 開票のとき・ところ

開票は次のとおり行います。指定された場所において開票状況を見ることがありますが、人数制限があります。

- 開票所となる学校内をよごさないようにしましょう。
- とき
- 県議選挙  
四月十日午後七時三十分
- 市議選挙  
四月二十四日午後七時三十分

● ところ  
○ 上田市立清明小学校校体  
育館

## 選挙後のあいさつ行為の制限

選挙後のあいさつ行為は期日の定めはなく、文章、口頭、会合などを利用してすることは制限されています。

## ポスターの制限

無検印、無証紙のポスターを事業所、事務所などに掲示するため頒布する場合でも違反となります。よく屋内用などといっていますが、これはいいさい認められていません。また、屋内用と称して窓の内側に貼付し通行人に見えるようなことは違反です。

心がけよう  
きれいな選挙

上田市選挙管理委員会  
(☎24100内線571有線②0901)

と血圧が上がる。  
②冬の寒い夜中、トイレに行き脳卒中の発作を起こすことが多い。

の定

- ③二輪車の交通事故防止
- ④若年者の無謀運転の追放
- ⑤シートベルトの着用

# 健康づくり

## 成人病の特徴と予防

成人病とは、主に脳卒中、がん、心臓病のことを言います。これらの病気に共通しているのは、社会や家庭で重要な地位につき始める四十歳くらいの人から、次第に多く見られるようになる、ということ

上田市では、昭和五十六年の一年間に七百五十人の方が亡くなり、そのうち約七割の四百八十八人の方が三大成人病と言われている脳卒中、がん、心臓病で亡くなっています。

- ### 成人病の特徴
- 成人病を予防するためには、成人病のもつ共通する特徴を理解することが大切です。
- ① 中年を過ぎて急激に増加する。
  - ② 一家の柱ともいえるべき、働き盛りの成人を襲う。
  - ③ 自覚症状が少ないので、知らない間にかかっている。
  - ④ 原因がハッキリしないことが多い。

### 心の安定

では、予防するにはどうしたらよいのでしょうか。第一に考えられるのは心の安定です。

- ① 生活のリズムを知り、整える。疲労の蓄積は万病のもと。
- ② 怒りやイライラは大敵で損。感情の高まりは、すぐ血圧に影響する。
- ③ 過度の緊張やストレスはよくない。
- ④ 適当に気分転換をはかり、気持ちを落ちつける。頭を使って、気を使うな。

### 生活上の注意

- ① 寒さに注意すること。暖かいところから急に寒いところに出ると血圧が上がる。
- ② 冬の寒い夜中、トイレに行き脳卒中の発作を起こすことが多い。高血圧の人は、シビンの用意を。
- ③ トイレは暖かくして、自然の便通を待ち、強くリキまない。
- ④ 冬場は一番ぶるを避け、浴室が暖まってから入浴する。温度は、夏が三十九度、冬が四十一度ぐらいが目安で、長湯は禁物。
- ⑤ 酒は毎日飲まないで、飲んだ時はほどほどに。
- ⑥ タバコはできるだけ少なく、心臓の悪い人は、特に注意する。

### 正しい食事

脳卒中、心臓病など、血液の通り道循環器系の病気は、一度かかると治りにくい病気ですが、日常の食事や運動などに気をつけることで、かなり予防できます。

- ① バランスのとれた食事が健康をつくる。塩からい食事は、どうしても蛋白質、ビタミンが不足する。
- ② あれもよくない、これもよくないという極端な食事の制限は、かえって危険。
- ③ くだもの、野菜、海藻類は、ビタミンなどの大切な成分を多く含んでいる。
- ④ 太りすぎは、身体を容積を増し、それだけ血管が延長するので、心臓に負担がかかる。

## 昭和58年 交通事故防止の運動計画を決定

- このほど、長野県交通安全運動推進本部と上田警察署は、昭和五十八年における交通安全運動の推進計画を決定しました。上田市も、この計画を重点目標として推進しますが、内容は次のとおりです。
- ① 婦人を中心とする交通安全活動（家庭内では、主婦が中心となり、子供たちに交通安全の指導をする）
  - ② 老人、幼児など交通弱者の交通事故防止
  - ③ 二輪車の交通事故防止
  - ④ 若年者の無謀運転の追放
  - ⑤ シートベルトの着用
- 昭和五十七年中の県下の交通事故による件数、傷者数は、前年に比べ減少したものの、死者は前年を上回り、抑止目標七年連続減少を達成することはできませんでした。特に、老人の死亡事故が大幅に増加したことが目立っています。
- 上田市では、交通事故による死者は減少したものの、件数、傷者数は増加するという結果で、県と逆になっています。（左表参照）
- 交通事故防止は、世界の悲願です。市民の皆さんも、交通事故を締め出すよう、ぜひ御協力ください。



県下・上田市の交通事故状況 (昭和57年1月~12月)

県	昭和57年	件数	死者	傷者
		件	人	人
下	57	8,594	171	11,044
	56	8,709	150	11,286
上田市	57	496	4	648
	56	465	6	604

# お知らせ



## 上田築城四百年祭のシンボルマークを募集

観光課内上田築城四百年祭実行委員会  
 ☎②4100内線608  
 有線②0745

作品内容：「上田築城四百年祭」の文字及び六連銭（六文銭）または櫓をデザインしたもの。大きさは、はがき大。色彩は二色以内。  
 応募締切日：三月二十二日(火)必着  
 送り先：〒386 市内大手一―  
 一―一六 上田市役所観光課  
 内 上田築城四百年祭実行委員会

## 電話の公売

収税課収税係  
 ☎②4100内線243  
 有線②0691

市税などの滞納処分による上田電報電話局管内の電話加入権の公売を次のとおり行います。  
 なお、公売当日までに滞納者が市税などを完納した場合は、公売を中止しますので御承知ください。  
 と き：三月八日(火)午前九時三十分(時間厳守)、受付は午前九時から九時三十分  
 ところ：市役所四階第二三会議室  
 方法：競争入札  
 台 数：当日決定します。  
 電話債券など：公売による場合は債券を買う必要はなく、落札決定後、市役所から電話債券が送付されます。

公売公告の場所：市役所と豊殿・塩田・川西の各支所、上田税務署、上小地方事務所  
 入札参加者：印鑑をお持ちになり本人がおいでください。代理人の場合には、必ず、本人自筆の委任状と代理人の印鑑をお持ちください。

## 皆さんの通所授産受入

上田しいのみ園 ☎②73166  
 市内中之条にある「上田しいのみ園」(重度身体障害者収容授産施設)では、四月から重度身体障害の皆さんの通所授産を次のとおり受け入れることになりました。  
 受入人数：五名程度  
 相談先：市役所福祉課 ☎②4100 内線373・有線②0791



しいのみ園で働く皆さん

## 「加工食品を考える」の御聴講を

上田消費生活センター  
 ☎②78517・②90998

長野県上田消費生活センターでは、毎月、一日生活教室を開いています。今回は、加工食品をどのようにに食生活に取り入れ、また健康な体を作り出す食事とはどのようなものか、考えてみます。  
 と き：三月八日(火)午後一時三十分から三時三十分  
 ところ：上田消費生活センター教室

## 県営住宅の入居者を募集

上小地方事務所建築課  
 ☎②31260内線304  
 募集期間：三月一日(火)から三月十日(木)  
 申込先：お問い合わせ：上小地方事務所

## 県営住宅補充募集一覧表

団地名	構造	規模	種別	交 通	募集数 戸数
五加別	簡平	2K~2DK	1	上田交通別所線中塩田駅より徒歩5分	6 <sup>戸</sup>
	簡平	2K	2	上田交通別所線別所温泉駅より徒歩5分	1
中野学海	簡二	2DKB	2	上田交通別所線塩田町駅より徒歩5分	2
	簡二	2DKB	1	上田交通別所線塩田町駅より徒歩10分	4
城	簡平	2DKB~3KB	1	千曲バス青木線	6
	簡平	2K~3K	2	仁古田バス停より徒歩10分	7

## 和裁科訓練生を募集します

上小高等職業訓練校  
 ☎②2666  
 上小高等職業訓練校では、次のとおり和裁科の訓練生を募集します。初歩から学べます。  
 入学資格：健康で和裁を勉強したい人。家庭婦人を歓迎します。  
 期間：二年(毎週水・金曜日の午前十時から午後三時)  
 募集人員：三十名。定員になり次第締め切ります。

## 料理教室の

備考
庭料理
庭料理
庭料理
千家
戸千家
具を使用しない
具を使用しない
絵、水彩画
民美術
田流



練習に励む琴教室の皆さん

## 勤労青少年ホーム

# 教養講座に御参加を

勤労青少年ホームでは、市内にお住まいか市内の事業所に勤務する30歳未満の皆さんを対象に、次のとおり教養講座の受講者を募集します。

趣味を広げ、働く若い仲間と交流できるよい機会です。ふるって御参加ください。

申込期限…3月31日(木) ただし、定員になり次第締め切ります。

申込場所…勤労青少年ホーム(開館時間は午後1時～9時)へ必ず来館のうえ、受講料を添えてお申し込みください。

お問い合わせ…上田市勤労青少年ホーム ☎27117  
(開館時間は午後1時～9時)

講座名	曜日	定員	時間	期間	費用	備考
料理教室	月コース	24	午後6.00～8.00	4月～9月	受講料1,500円(半年)、材料費月額1,000円	家庭料理
	火コース	24	午後6.00～8.00	4月～9月	受講料1,500円(半年)、材料費月額1,000円	家庭料理
	水コース	24	午後6.30～9.00	4月～9月	受講料1,500円(半年)、材料費月額1,000円	家庭料理
茶道教室	月コース	12	午後6.30～8.30	4月～9月	受講料3,000円(半年)、材料費月額500円	裏千家
	火コース	12	午後6.30～8.30	4月～9月	受講料3,000円(半年)、材料費月額500円	江戸千家
着付教室	水コース	12	午後6.30～8.30	4月～6月	受講料2,000円、テキスト代400円	道具を使用しない
	木コース	12	午後6.30～8.30	4月～6月	受講料2,000円、テキスト代400円	道具を使用しない
絵画教室	火コース	20	午後6.30～8.30	年間	受講料2,000円	油絵、水彩画
木彫教室	水コース	20	午後6.30～8.30	年間(隔週)	受講料2,000円	農民美術
書道教室	金コース	20	午後6.30～8.30	4月～9月	受講料1,500円、材料費月額500円	
七宝焼教室	水コース	20	午後6.30～8.30	4月～6月	受講料1,000円、材料費1回500円	
レザークラフト教室	火コース	10	午後6.30～8.30	4月～9月	受講料月額1,500円	
和裁教室	金コース	10	午後6.30～8.30	4月～9月	受講料月額1,500円	
手編教室	金コース	10	午後6.30～8.30	4月～9月	受講料月額1,500円	
琴教室	木コース	5	午後6.30～9.00	年間	受講料月額2,500円	山田流

### 料理教室日程表

コース	期間	曜日	時間
A	4月7日～6月16日	第1木曜日	午前 午後 10:00～1:00
B	4月6日～9月7日	第1水曜日	午後 1:30～3:30
C	4月14日～6月23日	第2木曜日	午後 1:30～3:30
D	4月20日～9月21日	第3水曜日	午前 午後 10:00～1:00

ところ…中部電力上田営業所婦人教室(構内東館)  
定員…各コースとも二十四名、定員になり次第締め切ります。  
会費…材料代として一回四百円程度

中部電力では、婦人の皆さんを対象に次のとおり料理教室の受講者を募集します。

中部電力上田営業所  
サービス省エネルギー課  
☎271240

料理教室の  
受講者を募集

# 第44回 産直デー

3月15日(火)

- 品目①新物一塩にしん…2本 300円  
 ②赤魚本みりん漬…1枚 120円  
 アルミホイルでお焼き  
 ください。  
 ③かえり干し(自然食品・カルシ  
 ウム源)100g 150円

取り扱い店…市内産直協力店  
 生活環境課生活係 ☎24100内線301



次のが皆さんがなくなりました。  
 謹んでごめい福をお祈り申し上げます。

(一月三十一日現在)

長張楨重さん (緑が丘一丁目) 緑が丘 七二	有川 博さん 浦野 六四	松平とよさん 院内 九一	宮坂泰子さん 緑が丘 三〇	荒井しげよさん (中央四丁目) 柳町 九四	滝沢ウメさん 倉升 九一	長岩よしみさん (中央東) 上川原柳町 六二	桑原盛保さん 岩門 七五	遠藤周治さん 岡 三七	熊井 勉さん 笹井 八四	小林クツミさん 小泉 七二	宮崎芳治さん 横町 六九	中川栄太郎さん (中央二丁目) 木町 八五	笹沢九一郎さん (中央四丁目) 中村 四九	宮川アイさん 新田 九〇	金井さとさん (中央西一丁目) 下紺屋町 七九	内堀美代志さん 久保林 七一	木村良一さん 上川原柳町 六七	北村吉朗さん (常磐城四丁目) 生塚 八七	中村嘉吉さん 上田原 六三	吉田一元さん 中村 八四	松永佐一郎さん (緑が丘三丁目) 緑が丘西 七四	石井よねさん 保野 八三	宮島ふじさん 岩門 八七	宮下幹雄さん 新田 八四	尾崎 茂さん 上青木 八九	石川松雄さん (緑が丘一丁目) 新屋 五七	佐藤達也さん 梅が丘 〇	内川三男さん 小井田 六四	上野 隆さん 上房山 八〇	宮島 新さん 小牧 九〇	柳沢いちさん 諏訪形 八一	沢 すいさん (緑が丘三丁目) 緑が丘西 八六	銭沢みつ子さん (中央四丁目) 木町 五五	土肥盛人さん 岩下 五七	滝沢 勝さん 上塩尻 七六	丸山喜八郎さん (常磐城一丁目) 西脇 八六	上原徳一郎さん 下之条 八一	高寺竹次郎さん 上青木 七三	片岡ひささん 吉田 七二	桜井友美さん (緑が丘一丁目) 新屋 七	春原五郎さん 長島 四七	横関たづさん 大屋 七六	吉野松子さん 上田原 九二	土屋清春さん 材木町 六三	関 好野さん (好野一丁目) 院内 八八	渡辺勇一郎さん (天神四丁目) 南天神町 七八	塚越みささん 中之条 九五	若林たけのさん (中央北一丁目) 新田 八三	新保竜之助さん (大手一丁目) 末広町 七七	田中富貴代さん (大手一丁目) 末広町 七五	重田ちかさん (常入一丁目) 染屋 八一	片倉カズイさん (常田二丁目) 上常田 七四	本山元一さん 浦野 八七	成沢浅治郎さん (中央三丁目) 馬場町 八〇	中沢 真さん 吉田 八〇	小林好江さん 新田 五三	村瀬としさん (中央西一丁目) 丸堀町 六三	小林 茂さん 大屋 六二	池田のぶえさん 野倉 六三	堀川タツエさん (常田二丁目) 上常田 五九	田玉ゆきいさん 神畑 七八	小林扇松さん 塩田新町 七五	竹鼻カツさん (材木町二丁目) 材木町 八〇	宮沢 昇さん 中吉田 六四	森村時藏さん 大屋 八五	堀内ときよさん 院内 九七	北沢五作さん 分去 六七	徳前志げのさん (中央二丁目) 院内 八二	佐藤富雄さん 長島 七二	滝沢ちづさん 上室賀 五九	林 孝次さん (常田二丁目) 北常田 六六	柳町よねさん (中央西一丁目) 北大手 九二	吉川よねさん (常田二丁目) 中常田 六一	倉島 栄さん 金剛寺 七四	柳橋いつさん (中央西二丁目) 北大手 八二	井元長三さん 上本郷 七八	山崎きみさん (中央五丁目) 下房山 七六	小林せきさん (常田二丁目) 北常田 八八	宮原けいさん 越戸 六七	中沢ロクさん 上手 八四
------------------------------	-----------------	-----------------	------------------	-----------------------------	-----------------	------------------------------	-----------------	----------------	-----------------	------------------	-----------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------	-------------------------------	-------------------	--------------------	-----------------------------	------------------	-----------------	--------------------------------	-----------------	-----------------	-----------------	------------------	-----------------------------	-----------------	------------------	------------------	-----------------	------------------	-------------------------------	-----------------------------	-----------------	------------------	------------------------------	-------------------	-------------------	-----------------	----------------------------	-----------------	-----------------	------------------	------------------	----------------------------	-------------------------------	------------------	------------------------------	------------------------------	------------------------------	----------------------------	------------------------------	-----------------	------------------------------	-----------------	-----------------	------------------------------	-----------------	------------------	------------------------------	------------------	-------------------	------------------------------	------------------	-----------------	------------------	-----------------	-----------------------------	-----------------	------------------	-----------------------------	------------------------------	-----------------------------	------------------	------------------------------	------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------	-----------------

## 犬のフンの後始末を

飼い犬を引いて散歩する姿をよく見かけますが、散歩の際の犬のフンをそのままにしておく飼い主がいます。

犬の散歩の際には、必ずホーキやビニール袋などを持ち、後始末を完全にしようをお願いします。私たちの生活をいつもきれいに心がけを持ちましょう。

3月16日  
83号  
田 市  
書 課  
田②4100  
日 辺 印 刷

卒業生  
で、今年  
養や郷土

日 月1日(金)午  
市役所3階  
におでかけ  
日 月1日(金)午  
市役所2階  
におでかけ