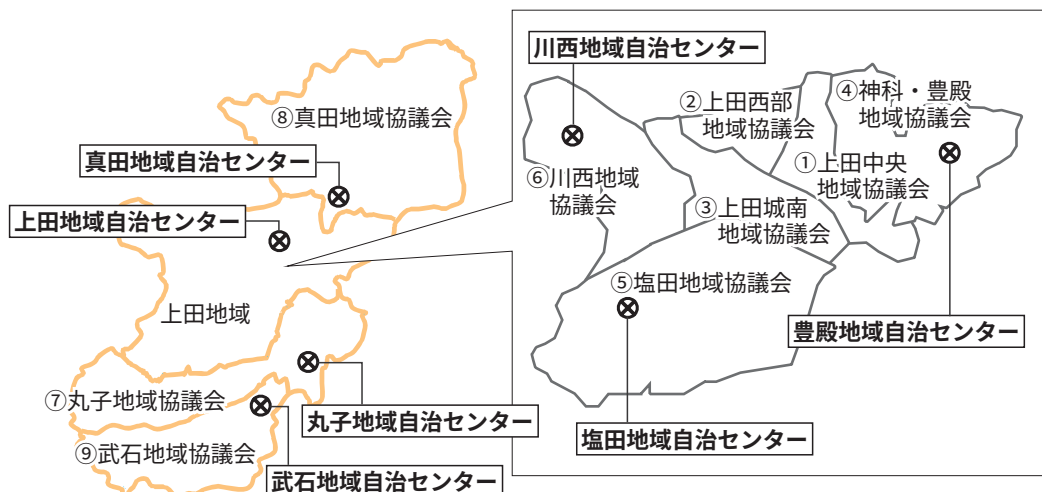


地域協議会とは

市では、合併後の地域内分権を進めるため、広く地域住民の皆さんの意見を市政に反映させるとともに、住民と行政との連携による協働のまちづくりを目指して、各地域自治センターに九つの地域協議会を設置しています。



地域協議会では、主に市長などの求めに応じて各地域の重要事項などを審議して、意見を述べたり、地域のまちづくりについて調査研究をしていただきます。

地域協議会の委員は、地域住民の皆さんや地域の各種団体からの推薦などにより、20名以内で構成します。

委員の任期は、平成20年4月から平成22年3月末日までです。

規定の報酬が支給されます。

詳しくは市のホームページをご覧ください。各地域自治センターにお問い合わせください。

●募集期間 1月7日(月)必着

●募集内容 公募による委員。各地域協議会ごとに2名程度

●応募条件 ①各地域協議会の対象地区にお住まいの20歳以上で、月1回程度の会議に出席できる方。②「私が考える市民協働・市政参画」をテーマに、800字以内でレポートを提出していただきます(様式は自由)。③面接、レポート審査など委員選考により決定します。④公募によりほかの審議会などの委員でないこと。

●応募方法 応募用紙に必要事項を書いて、各地域協議会を所管する地域自治センター担当課に持参するか、郵送・FAXにて提出してください。応募用紙は、市ホームページ<http://www.city.ueda.nagano.jp/>にも掲載しています。

●問い合わせ先

地域協議会の名称	下記の地区にお住まいの方	問い合わせ先
①上田中央地域協議会	東部、南部、中央、北部、神川	上田地域自治センター(本庁舎)まちづくり協働課 上田市大手一丁目11番16号(TEL22・4100 FAX25・4100)
②上田西部地域協議会	西部、塩尻	
③上田城南地域協議会	城下、川辺・泉田	
④神科・豊殿地域協議会	神科、豊殿	豊殿地域自治センター 上田市芳田1261-2(TEL35・2939 FAX35・3455)
⑤塩田地域協議会	東塩田、中塩田、西塩田、別所温泉	塩田地域自治センター 上田市中野20(TEL38・3000 FAX38・7878)
⑥川西地域協議会	川西	川西地域自治センター 上田市浦野61-1(TEL31・2002 FAX31・2788)
⑦丸子地域協議会	丸子	丸子地域自治センター地域振興課 上田市上丸子1612(TEL42・1011 FAX43・3666)
⑧真田地域協議会	真田	真田地域自治センター地域振興課 上田市真田町長7178-1(TEL72・2202 FAX72・4140)
⑨武石地域協議会	武石	武石地域自治センター地域振興課 上田市上武石77(TEL85・2824 FAX85・2313)

市の財政状況をお知らせします!



16万市民の家計簿

平成19年度上半期(4月～9月)



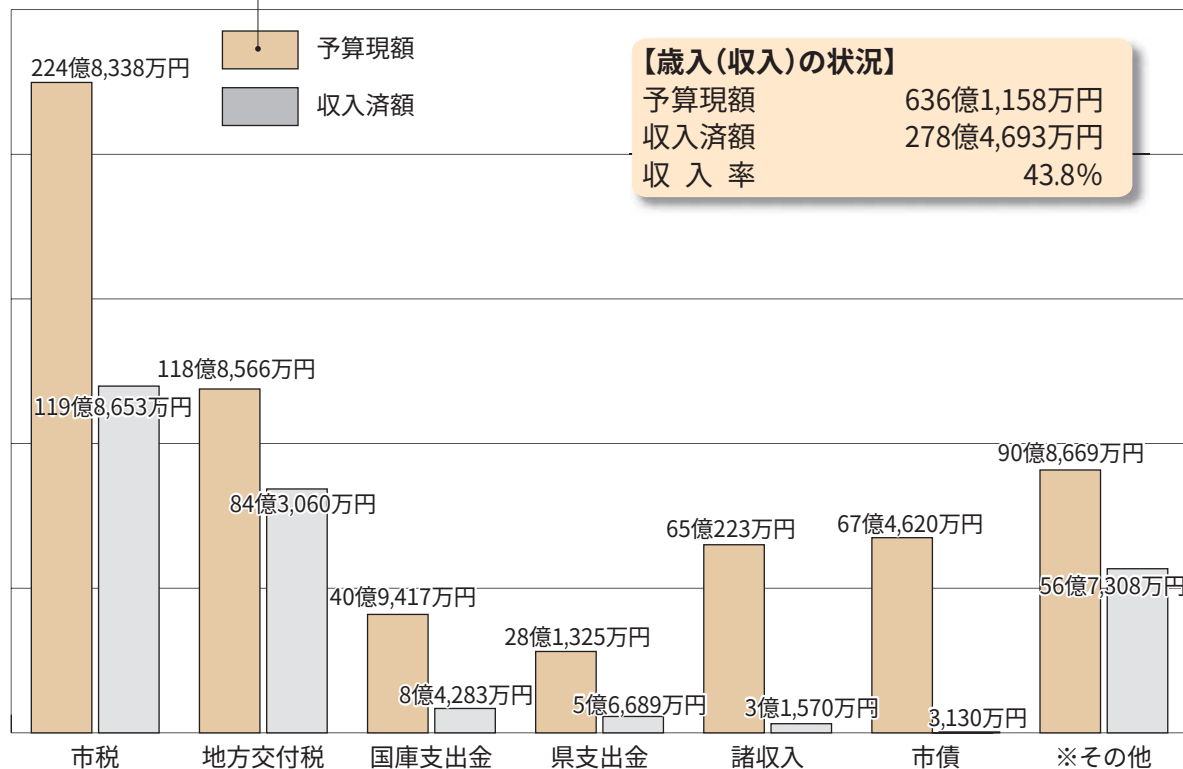
市では、皆さんに財政状況を理解していただくため、毎年度上半期と下半期の2回、定期的な内容をお知らせしています。
今回は、平成19年度上半期の会計別収支状況、地方債残高、市有財産、一時借入金の状況についてお知らせします(万円未満は四捨五入してあります)。

一般会計

★一般会計とは、市民に密着した福祉や教育、道路や公園の整備など、市政の基本となる会計です。

〈4月1日から9月30日まで〉

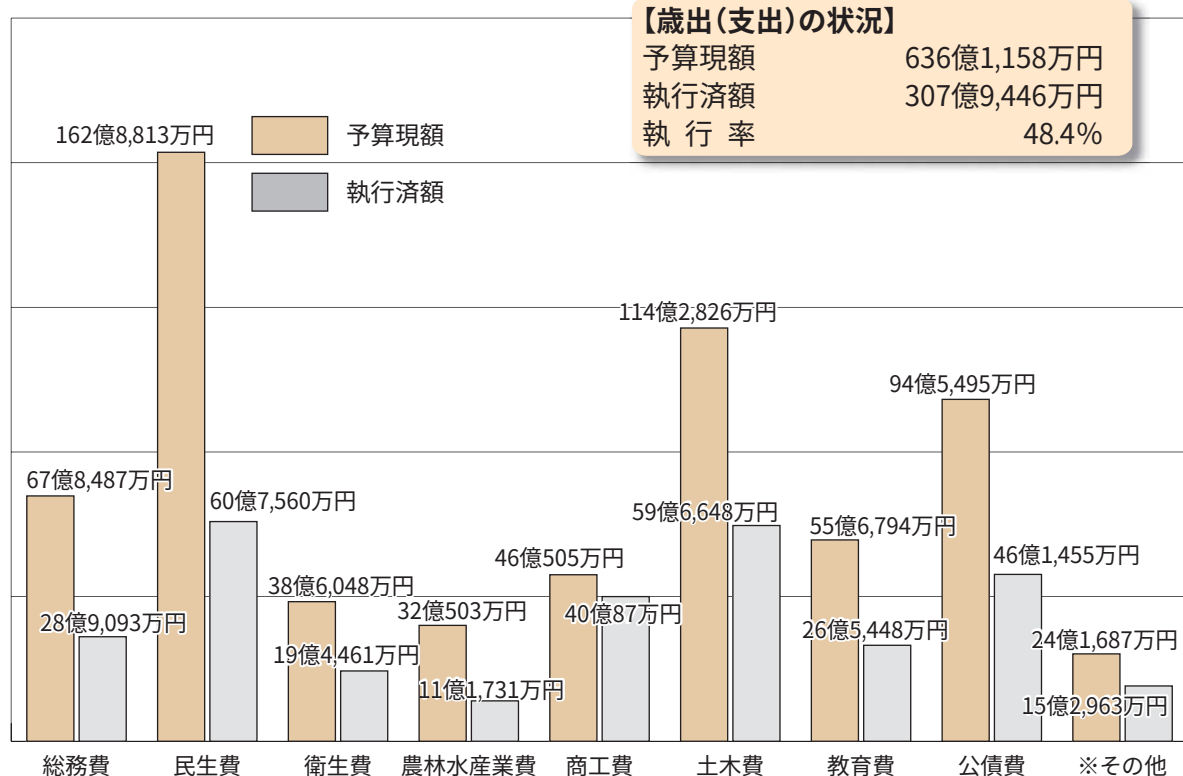
予算現額＝当初予算＋補正予算＋繰越予算の合計額



【歳入(収入)の状況】

予算現額	636億1,158万円
収入済額	278億4,693万円
収入率	43.8%

※その他＝地方譲与税、地方消費税交付金など



【歳出(支出)の状況】

予算現額	636億1,158万円
執行済額	307億9,446万円
執行率	48.4%

※その他＝議会費、消防費、災害復旧費など

特別会計

★特別会計とは、特定の事業や資金などについて、その収支を明確にするために一般会計と分けて整理する会計です。

〈4月1日から9月30日まで〉

※表示単位未満を四捨五入しているため、合計額は一致しません。

会 計 名	予算現額	収入済額	執行済額
土地取得事業	4億円	0円	0円
塩田有線放送電話事業	4,177万円	2,064万円	1,686万円
交通災害共済事業	6,528万円	4,766万円	2,362万円
同和地区住宅新築資金等貸付事業	8,135万円	4,998万円	3,943万円
国民健康保険事業	155億7,134万円	55億6,117万円	67億2,475万円
老人保健事業	159億2,617万円	65億3,380万円	64億202万円
介護保険事業	116億1,145万円	49億771万円	45億1,310万円
社会福祉授産事業	7,283万円	2,746万円	3,179万円
駐車場事業	1億8,364万円	6,704万円	9,115万円
市街地再開発事業	2億1,434万円	3,776万円	1億914万円
真田公共下水道事業	11億6,036万円	5,889万円	8億6,444万円
真田農業集落排水事業	1億5,833万円	2,105万円	7,875万円
武石診療所事業	1億6,199万円	6,665万円	6,058万円
武石簡易水道事業	1億257万円	2,856万円	4,848万円
獅子ヶ城簡易水道事業	767万円	294万円	345万円
武石農業集落排水事業	2億5,037万円	2,462万円	1億2,332万円
※合 計	460億945万円	174億5,593万円	191億3,088万円

公営企業会計

★公営企業会計とは、水道料金などの収益によって運営される独立採算の会計です。

●収益的収支：当該年度の経営活動に伴って発生するすべての収益と、それに対応するすべての費用を表したもの

●資本的収支：将来のために行う施設の整備などの経費と、その財源になる収入を表したもの

〈4月1日から9月30日まで〉

会 計 名		収益的収支		資本的収支	
		予算現額	執行済額	予算現額	執行済額
水道事業	収入	29億6,771万円	14億4,399万円	3億7,772万円	9,813万円
	支出	30億151万円	8億1,585万円	19億1,988万円	10億2,264万円
公共下水道事業	収入	48億8,929万円	20億8,677万円	56億7,319万円	7億4,609万円
	支出	46億3,750万円	21億8,584万円	91億5,688万円	66億6,262万円
農業集落排水事業	収入	9億558万円	3億4,051万円	2億8,157万円	9,883万円
	支出	10億5,157万円	2億9,555万円	5億9,099万円	2億5,976万円
産院事業	収入	3億7,370万円	1億9,809万円	0円	0円
	支出	3億7,370万円	1億6,125万円	1,070万円	62万円
真田有線事業	収入	6,033万円	6,013万円	13万円	11万円
	支出	5,741万円	2,330万円	915万円	27万円

資産など

〈4月1日から9月30日まで〉

【市有財産】(一般会計+特別会計)

積立金	76億113万円
有価証券	1億4,935万円
出資による権利	17億6,746万円
土地	5,609,124㎡
建物	564,598㎡
山林	46,928,109㎡
住宅(敷地)	283,085㎡
(建物)	93,514㎡

【地方債現在高】

※「地方債」とは、地方自治体が道路や公園などを建設する財源として、政府系機関や銀行などから借り入れる「借入金」のことを言います。

一般会計	701億6,011万円
特別会計	106億8,710万円
企業会計	891億5,416万円

【一時借入金】 0円

※「一時借入金」とは、一時的に支払い金が不足する場合に、年度内に返済することを条件に、金融機関などから借り入れる資金を言います。



上田市人事行政の運営等の状況について

上田市の人事行政の運営等について「人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、職員数・給与・研修・福利厚生などの状況について公表します。

1 人件費等の状況(総括)

(1)人件費の状況(普通会計決算)

区 分	住民基本台帳人口	歳出額	実質収支	人件費	人件費率	(参考) 17年度の人件費率
	(18年度末)	A		B	B/A	
18年度	161,479人	62,242,693千円	2,868,696千円	10,068,198千円	16.18 %	17.66%

(2)職員給与費の状況(普通会計決算)

区 分	職員数	給 与				一人当たり	(参考)類似団体平均
	A	給 料	職員手当	期末・勤勉手当	計 B	給与費 B/A	一人当たり給与(H17)
18年度	1,130人	4,492,016千円	576,547千円	1,863,105千円	6,931,668千円	6,134千円	6,448千円

注1 職員手当には退職手当を含まない。

2 職員数は、平成19年4月1日現在の人数である。

2 職員の平均給与月額、初任給等の状況

(1)職員の平均年齢、平均給料月額及び平均給与月額の状況(平成19年4月1日現在)

①一般行政職

区 分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均給与月額 (国ベース)
上田市	42.6歳	338,779円	382,992円	364,497円
長野県(H18)	44.6歳	369,778円	438,394円	404,317円
国(H18)	40.4歳	328,477円	—	381,212円
類似団体(H18)	43.1歳	347,709円	411,203円	384,357円

②技能労務職

区 分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均給与月額 (国ベース)
上田市	47.6歳	348,721円	375,348円	363,436円
うち給食員	46.3歳	341,470円	381,285円	359,676円
うち業務員	48.9歳	355,711円	404,238円	371,519円
うち庁務員	50.5歳	365,557円	391,907円	376,907円
長野県(H18)	46.6歳	340,704円	377,834円	363,799円
国(H18)	48.4歳	286,500円	—	318,595円
類似団体(H18)	47.8歳	315,510円	345,866円	332,798円

注1 「平均給料月額」とは、平成19年4月1日現在における各職種ごとの職員の基本給の平均である。

2 「平均給与月額」とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、地域手当、住居手当、時間外勤務手当などのすべての諸手当の額を合計したものであり、地方公務員給与実態調査において明らかにされているものである。

また、「平均給与月額(国ベース)」は、国家公務員の平均給与月額には時間外勤務手当、特殊勤務手当等の手当が含まれていないことから、比較のため国家公務員と同じベースで再計算したものである。

(2)職員の初任給の状況

(平成19年4月1日現在)

区 分		上田市	長野県(H18)	国(H18)
一般行政職	大学卒	170,200円	170,200円	170,200 ~ 183,800円
	高校卒	138,400円	138,400円	138,400円
技能労務職	高校卒	138,400円	134,000円	135,600円

(3)職員の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況

(平成19年4月1日現在)

区分		経験年数10年	経験年数15年	経験年数20年
一般行政職	大学卒	274,263円	322,100円	367,142円
	高校卒	226,400円	271,040円	313,700円
技能労務職	高校卒	— 円	— 円	303,700円
	中学卒	— 円	— 円	— 円

3 一般行政職の級別職員数等の状況

(平成19年4月1日現在)

区 分	標準的な職務内容	職員数	構成比
8級	部長/参事	17人	2.4%
7級	課長/政策幹	75人	10.5%
6級	課長補佐/副政策幹	101人	14.1%
5級	係長/統括主査	116人	16.2%
4級	主査	176人	24.6%
3級	主任	143人	20.0%
2級	高度の知識または経験を必要とする業務を行う主事、技師	69人	9.7%
1級	主事/技師	18人	2.5%

注1 上田市の給与条例に基づく給料表の級区分による職員数である。

2 標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職務である。

4 職員の手当の状況

(1)期末手当・勤勉手当

上田市	長野県	国
1人当たり平均支給額 (18年度) 1,612千円	1人当たり平均支給額 (17年度) 1,774千円	—
(18年度支給割合) 期末手当 勤勉手当 3月分 1.45月分	(17年度支給割合) 期末手当 勤勉手当 3月分 1.45月分	(17年度支給割合) 期末手当 勤勉手当 3月分 1.45月分
(加算措置の状況) 職制上の段階、職務の 級等による加算措置	(加算措置の状況) 職制上の段階、職務の 級等による加算措置	(加算措置の状況) 職制上の段階、職務の 級等による加算措置

4 職員の手当の状況 (2) 退職手当(平成19年4月1日現在)

上田市			国		
(支給率)	自己都合	勤奨・定年	(支給率)	自己都合	勤奨・定年
勤続20年	23.50月分	30.55月分	勤続20年	23.50月分	30.55月分
勤続25年	33.50月分	41.34月分	勤続25年	33.50月分	41.34月分
勤続35年	47.50月分	59.28月分	勤続35年	47.50月分	59.28月分
最高限度額	59.28月分	59.28月分	最高限度額	59.28月分	59.28月分
その他の加算措置 定年前早期退職特例措置(2%～20%加算)			その他の加算措置 定年前早期退職特例措置(2%～20%加算)		
1人当たり平均支給額	3,453千円	24,894千円			

退職手当の1人当たり平均支給額は、平成18年度に退職した職員に支給された平均額である。

(3) 特殊勤務手当(平成19年4月1日現在)

支給実績(18年度決算)	6,106千円
支給職員1人当たり平均支給年額(18年度決算)	45,230円
職員全体に占める手当支給職員の割合(18年度)	11.6%

(4) 時間外勤務手当

支給実績(18年度決算)	160,047千円
職員1人当たり平均支給年額(18年度決算)	138千円

(5) その他の手当(平成19年4月1日現在)

手 当 名	内容及び支給単価	国の制度との異同	国の制度と異なる内容	支給実績(18年度決算)	支給職員1人当たり平均支給年額(18年度決算)
扶養手当	・配偶者月額13,000円 ・配偶者以外の扶養親族月額6,000円 ・配偶者のいない場合の1人目月額11,000円 ・扶養親族でない配偶者を有する場合の1人目月額6,500円 ※高校・大学生等の扶養親族には5,000円を加算	同		135,653千円	240,947円
住居手当	①借家・貸間居住者 ・23,000円以下の場合→月額家賃－12,000円 ・月額家賃が23,000円を超える場合(月額家賃－23,000円)×1/2+11,000円(※ただし、27,000円を限度) ②持家居住者→月額3,000円	異	持家居住者一律3,000円(国…新築5年まで2,500円)	57,045千円	110,766円
通勤手当	①交通機関利用者 55,000円まで全額支給 ②交通用具利用者・2km以上に支給、距離に応じ4,100円から30,680円まで	異	交通用具利用者の最高支給限度額30,680円(国24,500円)	73,616千円	75,971円
管理職手当	部長級職員 給料月額の100分の15 参事 給料月額の100分の13 課長級職員 給料月額の100分の11 政策幹 給料月額の100分の10			63,058千円	583,869円

5 特別職の報酬等の状況(平成19年4月1日現在)

区 分		給 料 月 額 等	
		(参考)類似団体における最高/最低額	
給料	市長	1,017,000 円	1,017,000 円 / 950,000 円
	副市長	817,000 円	855,000 円 / 720,000 円
	収入役	717,000 円	730,000 円 / 700,000 円
	教育長	706,000 円	— 円 / — 円
	上下水道事業管理者	674,000 円	— 円 / — 円
報酬	議長	521,000 円	560,000 円 / 520,000 円
	副議長	456,000 円	515,000 円 / 456,000 円
	議員	425,000 円	485,000 円 / 425,000 円
期末手当	市長/副市長/収入役 教育長/上下水道事業管理者	(18年度支給割合) 3.35月分	議長/副議長/議員 (18年度支給割合) 3.35月分

区 分	(算定方式)	(1期の手当額)	(支給時期)
退職手当	市長	給料月額×勤続月数×50/100	24,408,000円
	副市長	給料月額×勤続月数×35/100	13,725,600円
	収入役	給料月額×勤続月数×28/100	9,636,480円
	教育長	給料月額×勤続月数×28/100	9,488,640円
	上下水道事業管理者	給料月額×勤続月数×28/100	9,058,560円
			任期毎

注1 退職手当の「1期の手当額」は、4月1日現在の給料月額及び支給率に基づき、1期(4年=48月)勤めた場合における退職手当の見込額である。

6 職員数の状況 (1) 部門別職員数の状況と主な増減理由(各年4月1日現在)

区分部門		職員数		対前年増減数	主な増減理由
		平成19年	平成18年		
普通会計部門	議会	8	8	0	合併調整室の廃止など
	総務	201	218	△17	
	税務	75	74	1	
	民生	310	308	2	
	衛生	100	100	0	
	労働	5	7	△2	地籍調査事務の移管など
	農水	65	74	△9	
	商工	31	30	1	
	土木	132	131	1	
	計	927	950	△23	〈参考〉人口1,000人当たり職員数 5.7人(類似団体の人口1,000人当たり職員数 5.2人)
教育部門		204	207	△3	
消防部門		0	0	0	
小 計		1,131	1,157	△26	〈参考〉人口1,000人当たり職員数 7.0人(類似団体の人口1,000人当たり職員数 7.9人)

(1)部門別職員数の状況と主な増減理由(各年4月1日現在)

前ページ6(1)のつづき

区分部門		職員数		対前年 増減数	主な増減理由
		平成19年	平成18年		
公営企業等 会計部門	病院	24	19	5	産院体制の強化
	水道	59	61	△2	
	下水道	37	34	3	
	その他	42	40	2	
	小計	162	154	8	
合計		1,293 [1,652]	1,311 [1,652]	△18 [0]	〈参考〉人口1,000人当たり職員数 8.0人

注1 職員数は一般職に属する職員数である。2 []内は、条例定数の合計である。

(2)非常勤職員数の状況(平成19年4月1日現在)

- ①嘱託職員 地方公務員法(昭和25年法律第261号。以下「法」という。)第3条第3項第3号に基づく特別職の非常勤職員で、任命権者に対して使用従属関係を有する者をいう。
- ②臨時職員 法第17条第1項に基づく一般職の非常勤職員をいう。

嘱託職員	137人
臨時職員	740人
非常勤職員計	877人

(3)定員管理の数値目標

平成17年4月1日～平成22年4月1日における定員管理の数値目標

平成21年4月2日	平成26年4月2日	純減数	純減率
職員数	職員数		
1,334人	1,254人	△80人	6.0%

7 職員の勤務時間とその他の勤務条件の状況

(1)勤務時間(平成19年4月1日現在)

1週間の勤務時間	勤務時間(標準的なもの)	休憩時間
40時間	8:30～17:30	12:00～13:00

(2)年次休暇の取得状況(平成18年)

総付与日数	総取得日数	職員数	平均取得日数
29,080日	10,017日	1,454人	6.9日

(3)育児休業の取得状況(平成18年度)

区分	男性	女性	計
平成18年度新規取得	0人	23人	23人
前年度から継続	0人	47人	47人
計	0人	70人	70人

(4)介護休業の取得状況(平成18年度)

区分	男性	女性	計
平成18年度新規取得	0人	0人	0人
前年度から継続	0人	0人	0人
計	0人	0人	0人

8 職員の分限及び懲戒処分の状況

(1)分限処分(平成18年度)

分限処分とは、公務の能率の維持及びその適正な運営の確保の目的から、地方公務員法第28条の規定に基づき、職員の意に反して行う処分です。

分限	降任	免職	休職	計
勤務成績が良くない場合	0人	0人	0人	0人
心身の故障による長期休養	0人	0人	10人	10人
職に必要な適格性を欠く場合	0人	0人	0人	0人
職制・定数の改廃、予算の減少により廃職又は過員を生じた場合	0人	0人	0人	0人
刑事事件に関し起訴された場合	0人	0人	0人	0人

(2)懲戒処分(平成18年度)

懲戒処分とは、職員の職務上の義務違反や全体の奉仕者としてふさわしくない非行があった場合、地方公務員法第29条の規定に基づき処分するものです。

懲戒	戒告	減給	停職	免職	計
法令等に違反	0人	0人	0人	0人	0人
職務上の義務違反	1人	2人	0人	0人	3人
全体の奉仕者たるにふさわしくない非行	3人	0人	1人	0人	4人

(4)定員管理の進捗状況

定員管理の数値目標の年次別進捗状況(実績)の概要

区分 部門	17年 計画始期	18年 1年目	19年 2年目	20年 3年目	21年 4年目	22年 5年目
		職員数 増減	職員数 増減	職員数 増減	職員数 増減	職員数 増減
目標値		1,334	1,311	1,293	1,293	1,276
実績		1,334	1,311	1,293		

- 注1 計画期間は、平成17～22年の5年間である。
- 2 増減は、各年の欄にあっては対前年比の職員増減数を示す。
- 3 職員数は、一般行政、教育・公営企業等会計分を含む。

9 職員のサービスの状況(平成18年度)

職員の営利企業等への従事の状況

従事状況	許可数
営利を目的とする私企業を営むことを目的とする会社その他の団体の役員などの地位を兼ねるもの	0人
自ら営利を目的とする私企業を営むもの	0人
報酬を得て事業若しくは事務に従事するもの(国勢調査員など)	40人

10 職員の研修及び勤務成績の評定の状況

(1)職員の研修の状況(平成18年度)

研修区分	研修内容	受講延人数
一般研修	新規採用、初級、管理監督職 など	884人
特別研修	人権問題、不当要求防止、メンタルヘルス など	1,524人
専門研修	情報セキュリティ など	199人
派遣研修	市町村アカデミー、国際文化アカデミー、長野県庁 など	149人
計		2,756人

(2)職員の勤務評定の状況(平成19年度)

評定の時期	年2回(9月、3月)	
評定の対象期間	(前期) 4月1日から9月30日まで	(後期) 10月1日から3月31日まで
評定の対象者	全職員(派遣、育児休業等の職員を除く)	

11 職員の福祉及び利益の保護の状況

(1)健康診断などの実施状況(平成18年度)

健康診断受診者数	人間ドック受診者数	がん検診受診者延数
1,557人	397人	1,756人

※健康診断受診者数には、嘱託職員、臨時職員を含む。

(2)職員互助会の設置及び活動状況

地方公務員法第42条に基づく職員の保健、元気回復その他厚生に関する事項を実施するため、職員互助会を設置し、慶弔費給付、健康維持増進などの事業を行っています。職員互助会は、職員からの会費と市負担金により運営されています。

なお、市町村合併に合わせ旧4市町村の互助会は解散し、その精算金は新市の互助会へ、全額承継されています。

(3)不利益処分に関する不服申し立ての状況など(平成18年度)

区分	件数
勤務条件に関する措置の要求	0件
不利益処分に関する不服申し立ての状況	2件

お知らせ

市有財産などを売却します

①市有財産を競争入札によりお売りします。

物件番号	所在地	種別	売却予定面積	最低落札価格	備考
17-1-3	前山520-1	宅地	386㎡ (116坪)	5,515,000円	教員住宅跡地
17-1-4	保野819-2	宅地 倉庫	612㎡ (185坪)	8,854,000円	旧なめこ工場 建物取壊し条件付
17-1-5	保野827-1	宅地 倉庫	262㎡ (79坪)	6,017,000円	鉄骨倉庫付土地

- ・最低落札価格以上の金額で最も高い価格で入札された方にお売りします。
- ・入札するには入札保証金(入札額の5%)が必要です。

- 申込期間 12月20日(木)～1月10日(木)
- 申込場所 市役所西庁舎公有財産管理課
- 入札日 1月17日(木)午後1時30分～
- 入札場所 市役所南庁舎第3・4会議室

②市有財産及び上田市土地開発公社造成地を公募によりお売りします。

物件番号	所在地	種別	売却予定面積	販売価格	備考
19-2-1	塩川2715-4	宅地 建物	595㎡ (179坪)	11,300,000円	旧教員住宅
19-5-1	古里2001-31	宅地	230㎡ (70坪)	12,117,000円	染屋住宅第1区画 下水道負担金別途

- ・申込多数の場合は抽選を行います。
 - 申込期間 12月20日(木)～1月10日(木)
 - 申込場所 市役所西庁舎公有財産管理課
 - 抽選日 1月17日(木)午後2時30分～
 - 抽選場所 市役所南庁舎第3・4会議室
- ※各物件の詳しい情報及び申請書は、公有財産管理課で配布しています。
また、上田市ホームページでもご覧いただけます。
なお、現地説明会は実施しませんので、現地の確認などは希望者において行ってください。

☎ 市公有財産管理課 TEL22・4100(内線1701、1702)

- 日時 12月19日(水)午後1時30分～
 - 場所 消防会館3階会議室
 - 申し込み 当日開会30分前から会場入口で傍聴希望者の受け付けを
- さい。
傍聴を希望する方はお出かけください。

上田市都市計画審議会を開催します

お知らせ

Information A La Carte

平成20年度分入札(見積)参加申請の受付

行います(定員50名)。
☎ 市都市計画課 TEL 23・5127

平成20年度に上田市が発注する建設工事・建設コンサルタント業務と、市が購入する物品、役務・業務委託の入札(見積)に参加を希望される方は「入札(見積)参加願」を提出してください。今回申請すると平成20年4

- 受付期間 4日(金)～1月21日(月)
(郵送の場合は1月21日必着)
 - 提出先 行政管理課契約担当(市役所西庁舎2階/〒386・8601上田市大手1-11-16)
 - 募集要項・申請書類などは行政管理課契約担当、または各地域自治体から配布されます。
- 月1日から平成21年3月31日まで、1年間有効となります。なお、平成19・20年度入札(見積)参加願を提出済みの方は、今回提出の必要はありません。

高齢者医療制度が見直されます

今般「与党高齢者医療制度に関するプロジェクトチーム」において、高齢者医療制度が取りまとめられました。平成20年4月から実施される内容をお知らせします。

●70～74歳の方(※1)の医療機関での窓口負担 平成20年4月～21年3月の1年間の窓口負担が1割に据え置かれます。昨年の制度改正で、平成20年4月から2割負担に見直されることとされていたものを据え置くものです。

(※1)すでに3割負担の方、後期高齢者医療制度の対象となる一定の障がい認定を受けた方は除きます。

●後期高齢者医療制度における75歳以上の被扶養者の保険料 平成20年4～9月の6か月間は無料となり、同年10月～平成21年3月の6か月間は、被保険者均等割保険料が9割軽減された額となります。

☎ 行政管理課契約担当
TEL 23・5257

治センター地域振興窓口で配布しています。また、上田市のホームページ(URL: <http://www.city.ueda.nagano.jp/hp/ht/kanzai/index.html>)に掲載していますのでプリントアウトしてご利用ください。

お知らせ

ぶくぶく



こんにちは ボランティアセンターです 終了のお知らせ

毎月16号の広報うえだに掲載していた「こんにちはボランティアセンターです」は今回をもって終了します。

地域の皆さんの活動は、杜協うえだ(偶数月の1日に発行)、いきいきボランティア通信(年4回、16日に発行)で引き続き報告していきます。ぜひご覧ください。

上田ボランティア地域活動センター TEL25・2629



うさたま

問 市民生活課
TEL 42・1053
(内線1367)

問 第一学校給食センター
TEL 22・7084
第二学校給食センター
TEL 25・1287

健康保険の方は該当しません。
市国保年金課 TEL 22・4100
健康保険の被扶養者であり、国民健康保険の方は該当しません。

●対象者 75歳以上の方(※2)で、後期高齢者医療の被保険者になる日の前日(平成20年3月31日または75歳の誕生日の前日)において被用者保険の被扶養者(※3)となっている方
(※2)65〜74歳で一定の障がい認定を受けた方を含みます。
(※3)政府管掌健康保険や、企業の健康保険、公務員の共済組合など、いわゆる「サラリーマン」の健康保険の被扶養者であり、国民健康保険の方は該当しません。

(所得割はかかりません)。昨年の制度改正では、被用者保険の被扶養者の方は、後期高齢者医療制度の被保険者となった日の属する月から2年間所得割はかららず、被保険者均等割を5割軽減することとされていますが、今回の措置はそれに加えて行うものです。

問 市民生活課
市民生活課 TEL 72・0154
TEL 85・2827

学校給食食用物資納入業者 指定申請を受け付けます

上田市学校給食センター給食用物資納入業者指定要綱により、平成20年度学校給食用物資納入業者の指定申請を受け付けます。

●指定申請受付期間 1月10日(木)〜31日(木)

●指定申請受付場所 第一・第二学校給食センターまたは丸子学校給食センターの各事務窓口まで。

●指定基準 立地条件など、詳細は各センター事務窓口へお問い合わせください。

●指定申請受付締切 1月31日(木)必着

丸子学校給食センター
TEL 42・2892

イータックスを利用して 確定申告をしましょう

「e-Tax(イータックス)」(国税電子申告・納税システム)を利用すると、自宅などからインターネットを利用して申告・届出などができるほか、ATMやインターネットバンキングなどを利用して納税ができ、大変便利です。また、国税庁ホームページの「確定申告書作成コーナー」で作成したデータを直接電子申告することができます。

さらに来年1月から、平成19年分の以降の所得税の申告を、イータックスを利用して申告をすると、①源泉徴収票や医療費の領収証の添付を省略できます②最高50000円の税額控除を受けることができます(平成19年または20年分のいずれか1回)。※利用には事前に次の手続きが必要です。

①開始届出書の提出(税務署またはインターネット経由)②電子証明書の取得(市役所市民課及び丸子・真田・武石の各地域自治センター市民生活課の窓口で)③その他(ICカードリーダーライタの購入など)。詳しくはお問い合わせください。

問 上田税務署(個人課税第一部門)
TEL 21・0434

<広告欄>

補聴器無料お試し体験会開催

「補聴器は雑音うるさくて」という声にお答えして、お耳の形と聴力に合わせた補聴器でお試しいただけます。



補聴器のタイプも多種多様です。現在ご使用の補聴器にご不満を抱えている方、初めての補聴器を考えている方に、十分に納得していただけるまでご相談に応じます。その上でお客様の耳の形や生活に適した補聴器を、何度でもお試し頂き、最適な補聴器をお届けします。

■雑音抑制機能付き完全全自動補聴器
販売価格 140,000円〜(非課税)

☆代金の分割払いも承りますのでご相談ください。

●補聴器
ご購入の
ポイント

1. 正確に聴力を検査すること ※聴力検査で、ご自分の聴力の種類と程度がわかります。
2. お耳の形と現在の聴力にぴったり合わせる ※正確に調整できる設備と技術
3. ご購入後も安心してご使用いただける生涯アフターメンテナンス ※補聴器は身体に付けてご使用いただくもので、定期的にご点検、お掃除がずっと必要になる機械です。

★創業23年の信頼と経験。全国100店舗ネットの補聴器専門店。真心と誠実がモットーのゆっくり、じっくり相談できるお店です。お気軽にご相談下さい。聴力測定室も完備。

世界の補聴器のリードメーカー、オーティコン、シーメンス補聴器etc

北陸補聴器株式会社 身体障害者福祉法補聴器委託契約店

信濃補聴器センター

上田市中央3丁目5-22 上田市ふれあい福祉センターとなり

☎(0268)23-0428

■営業時間 午前9時〜午後5時 ■定休日 毎週日曜・祝日・第4土曜日
■ご相談により、時間外相談も承ります。お気軽にどうぞ。



お知らせ

平成19年度優良建設工事表彰が行われました

平成18年度にしゅん工した、上田市発注の1件の請負金額が500万円以上かつ市内に本社のある業者が施工した工事194件の中から、工事成績評定点85点以上で工事担当課長から推薦された8件について、優良建設工事審査委員会で審査のうえ4件を選定し、その工事を施工した建設業者並びに現場代理人を11月20日、市役所6階大会議室で表彰しました。受賞された4社は次のとおりです(敬称略・部門別順)。(株)宮下組、千曲建設工業(株)、本州管工(株)、ミヤガミ建設(株)



工事検査課 TEL22・4100(内線1321・1322)

中小企業退職金共済掛金補助交付申請

中小企業退職金共済制度及び特定業種退職金共済制度は、国の援助を受けて運営されており、従業員が退職した時は、独立行政法人勤労者退職金共済機構から退職金が支払われます。市では、この制度に加入されている事業主の皆さんに、新規加入者の掛金の一部を補助しています。該当される場合は、所定の関係書類を提出のうえ、申請してください。

●対象者 平成16年2月以降新規加入した従業員の掛金を平成19年1月～12月まで納付した事業主
●申請期間 1月4日(金)～18日(金)までに、商工課労政係または各自治センター労政担当へ申請してください。

●その他 市税などに滞納のある事業主は補助を受けられません。
商工課 TEL23・5396

融資・経営改善特別相談を実施中です

原油価格の高騰により経営が圧迫されて困っている、融資を受けたいけれど手順がわからないなど、日々の経営で抱えている問題を毎月実施している特別相談で解決しませんか。事前申し込みは不要です。当日直接会場へお越しください。

●日時 12月20日(木)、1月21日(月)、2月21日(木)、3月21日(金)のいずれも午前10時～午後4時
●場所 上田商工会議所本所4階第1会議室
●相談担当者 中小企業診断士、国

平成19年工業統計調査を実施します

12月31日を基準日に、工業統計調査が実施されます。従業者4名以上の製造業を営む事業所が対象になります。12月下旬から「調査員証」を携帯した調査員が調査票を持って皆さんの事業所をお訪ねします。

なお、本年の調査より調査事項の一部を改正しましたので、調査票の記入にあたってはご注意ください。ご協力をお願いします。
商工課 情報推進課 TEL22・4100(内線1009)

定例無料経営相談

経営上の悩み、職場の活性化方法、改善サークルの進め方。経営計画の作り方、コストダウンの進め方、社員の能力の引出し方、起業前の準備、起業後の経営上の悩み、事業計画の作り方。アイデアを知的所有権で保護するには、特許にするには。転職職場での固有技術の生かし方、職場

民生生活金融庫、長野県信用保証協会、上田商工会議所、上田市
●相談料 無料
●持ち物 決算書2年分のほか、相談に関係のある書類
上田商工会議所
TEL22・4500
TEL23・5395

<広告欄>

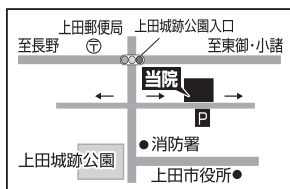
医療法人三折堂 宮下医院

神経内科・内科・胃腸科

〒386-0023 長野県上田市中央西1-15-12
TEL 0268(22)4328 FAX (26)8231

●理事長/宮下美生 消化器病専門医(日本消化器学会認定)
●院長/宮下暢夫 神経内科専門医(日本神経学会認定)

診療時間 午前 9:00～12:00
午後 3:00～6:00
休診日 土曜午後・日曜・祝日



神経内科

※初診の方はなるべく予約をおすすめします。

頭痛・めまい・しびれ・ふるえ・歩行障害・認知症などを来す脳神経系の病気を診断し、内科的に治療する科です。

主要設備

オープン型MRI、超音波検査装置(腹部一般、頸動脈エコー)、胃・大腸内視鏡、レントゲン、筋電図検査装置等

の人間関係の作り方など気軽にご相談ください。事前に予約が必要です。

●場所 上田情報ライブラリー

●日時 1月17日(木)、2月18日(月)、3月17日(月)、各回とも午後6時30分～8時

●対象 中小規模事業所、個人事業者、起業家、従業員、個人

●相談員 末広繁和氏(中小企業診断士)

●上田情報ライブラリー
TEL 29・0210

**軽自動車税が
減免になります**

障がいのある方が所有する軽四輪などには、軽自動車税の減免制度があります。申請をされる方は、税務課及び、各地域自治センター担当窓口で手続きをしてください。

●手続きに必要なもの

①身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳など障がいの程度のわかるもの(対象とならない場合もあります) ②車検証、③運転免許証、④印鑑、⑤同一生計証明書(運転を家族の方がする場合、減免を受ける対象者と同じの生計にあることを証明する書類です)。

※減免は普通自動車も含め一人1台だけです(自動車税の減免を受けている場合、軽自動車税は減免なりません)。

●市 税務課 TEL 23・5169

●丸 税務課 TEL 42・1030

●市 市民生活課 TEL 72・0154

●武 市民生活課 TEL 85・2827

**天下山マレットゴルフ場
営業終了のお知らせ**

12月28日(金)をもって、平成19年度の営業を終了します。大勢の皆さんにご利用いただきありがとうございます。平成20年度は、4月1日(火)から営業を再開する予定です。より早く期日以前に閉鎖する場合がありますのでご了承ください。

●(社)上田市丸子地域振興公社
TEL 42・1003

へらぶなを放流しました

上小へらぶな研究会では、11月3日に千曲川市民緑地公園内(小牧橋下流)の釣堀へ「へらぶな」を140kg放流しました。マナー(持ち帰り、夜釣り、リール釣りなどは禁止)を守って釣りをお楽しみください。

●市 体育課 TEL 23・6372

**所得税の還付申告は
お早めに**

所得税の確定申告の開始は2月18日ですが、給与や年金から源泉徴収された所得税の還付を受けるための

申告書は、1月から税務署に提出することができまので、早目に提出しましょう。

●申告で所得税が還付される例

- ・給与所得者で、医療費控除や住宅借入金等特別控除などを受ける場合
- ・所得が公的年金のみで、医療費控除や社会保険料控除などを受ける場合
- ・年の途中で退職し、再就職しない場合

●上田税務署 TEL 22・1234

年末年始のごみ収集

上田地域限定

年末年始のごみ収集は、12月29日(土)から1月3日(木)まで休業となります(ほかの地域の方も同様です)。また、上田クリーンセンターの受け入れは、12月30日(日)から1月3日(木)まで休業となります。

●市 廃棄物対策課 TEL 22・0666

**19年分所得税・消費税
の確定申告書の送付**

平成19年分所得税・消費税の確定申告書については、確定申告が必要と思われる納税者の方に対して、1月28日(月)ごろ送付する予定です。

●上田税務署(個人課税第一部門)
TEL 21・0434

<広告欄>

全学年対象 短期集中指導

●弱点克服コース 冬休み明けテストで+50点とりたい

●センター入試対策コース センター試験のコツを教えます

●3学期学習コース 3学期期末テストに備えてしっかり勉強

●5教科レベルアップコース とにかくこの冬は1日10時間勉強するぞ

立川 志の輔 当校では立川 志の輔

スーパー家庭教師による冬休み期間限定 **集中指導** 6回コース 8回コース 10回コース 12回コース 14回コース

長野県家庭教師協会

お問合せは 二重丸で オールナシパーワン
0120-00-1111
http://www.katekyo.co.jp

携帯電話の場合は右記事務局の電話番号におかけ下さい。 ■上田事務局 (0268) 24-1515(代) 上田中央1-6 小林ビル2F

クラーク記念国際高等学校(通信制・単位制)

夢を叶える次のステージへ 進学 就職

高校からの転入学・編入学 進学・就職を力強くサポート!

●校外学習(特別活動) 11月14日(水)には郊外学習として松代大本営と川中島の合戦で有名な八幡原史跡公園を訪ねました。当日は抜けるような青空のもと、象山地下壕では、戦争の悲惨さや平和の大切さを学びました。

●学校説明会 12月22日(土) ①10:00～ ②13:30～

- 学校概要
- 入試説明
- 在校生による学校生活説明
- 校内見学・授業見学
- 個別相談

※日程が合わない場合はご相談下さい。

進学実績 信州大学工学部・富山大学理学部・帝京大学文学部・東洋大学理学部・大阪芸術大学
長野医療衛生専門学校・長野県工科短期大学校・上田女子短期大学 その他多数

国際高等学院長野校(上田市)

〒386-0027 長野県上田市常盤城2-6-4 (上田駅より徒歩15分・自転車5分)
URL: http://www.ysa-group.com
E-mail: info@ysa-group.com

0268-26-5515

「毎月21日は市民健康づくりの日」
です。最近、うつ病などの心の病気になる方が増えています。そこで、こころの病気を予防するために心がけたいことや、周囲の人ができる働きかけについて一緒に学んでみませんか。

こころの健康づくり講演会

催し

Information
La Carte

- 日時 1月19日(土)午後1時30分～3時40分(受付1時から)
- 場所 丸子文化会館小ホール
- 内容 講演会・演題「うつ病と自殺防止について」周囲の人ができる働きかけ、講師/山本晴義先生(横浜労災病院勤務者メンタルヘルスセンター長)
- 対象 市民の皆さん
- 定員 150名
- 参加費 無料
- 申し込み 1月18日(金)までに電話です。

募集

勤労青少年ホーム1・2月開講講座

- 場所 勤労青少年ホーム
- 対象 事業所などに勤務する35歳までの方
- 申し込み 1月7日(月)から、受講料と利用者協議会費200円(19年度未加入の方のみ)を添えて勤労青少年ホーム(消防本部前)へ。
- その他 先着順。電話申し込み可(仮予約)。1月7日(月)と8日(火)は正午から受付。材料費などは別途かかります。

講座名	曜日	開始日	開始時間	募集	回数	受講料
家庭料理	月	1月21日	18時30分	18人	8	1,600円
ハタ・ヨガ	火	1月22日	19時45分	10人	10	2,000円
銀粘土細工	火	1月22日	19時	10人	5	1,000円
家庭料理	水	1月16日	18時45分	10人	10	2,000円
エアロビクス&ボクササイズ	水	1月16日	19時	15人	10	2,000円
ヨガ	木	1月17日	19時30分	15人	10	2,000円
ジャズダンス	金	1月18日	19時30分	15人	10	2,000円
社交ダンス	金	1月18日	19時30分	15人	10	2,000円
季節を楽しむお菓子	金	2月1日	18時45分	10人	3(隔週)	3,000円(材料費込み)

☎ 勤労青少年ホーム TEL22・7117

第34回元旦マラソン大会

☎ 市健康推進課 TEL23・8244
丸健康福祉課 TEL42・1117

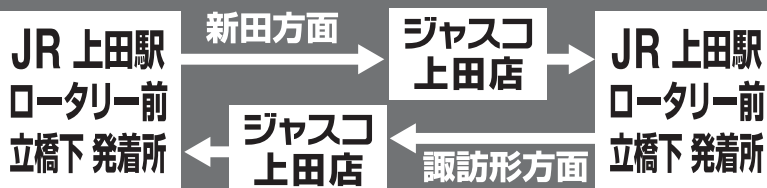
- 日時 1月1日(月)スタート/午前10時30分(受付/午前10時～10時15分)
- 場所 Aコース/丸子総合体育館周辺(丸子総合体育館集合)、Bコース/丸子北小グラウンド周辺(丸子北小校庭集合)
- A・B両会場とも1.5km、3kmの2コース
- 対象 どなたでも参加可能(定員なし)
- 参加費 無料(全員に参加賞、完走者には完走証を贈呈)
- 参加方法 当日会場にて受付、悪天候時は中止(有線放送にて連絡)。
- ※あわせて開催実行委員も募集します。
- ☎ 丸子総合体育館 TEL43・2250
- 日時 1月27日(日)開場午後1時30分(開演2時)
- 場所 信州国際音楽村
- 木戸銭 一般/2000円
- (入場料) 友の会/1500円
小中学生/1000円
(全て当日500円増し)

<広告欄>

イオン上田ショッピングセンター お買物無料巡回バス 運行中!!

運行日 毎週 火曜日・金曜日・日曜日
毎月 20日・30日・祝日
(お客さま感謝デー)

お買物無料巡回バス 巡回経路



ジャスコ上田店 上田市常田 2-12-18 ☎0268(29)8181

問

※詳しくは広報うえだ12月1日号をご覧ください。

ミュージカル「真田幸村」公演実

全席自由

●場所 上田市民会館ホール
●チケット 前売／2500円、当日／3000円(1公演あたり)

●日時 2月2日(土)午後4時～5時30分(開場午後3時)、2月3日(日)午後2時～3時30分(開場午後1時)

●上田城・大阪城友好城郭提携1周年記念事業、OSK日本歌劇団による創作ミュージカル「真田幸村」。チケット好評発売中です。

スペシャル・ミュージカル 「真田幸村」夢・燃ゆる

三遊亭圓馬さん



問

信州国際音楽村
TEL 42・3436

●出演者 三遊亭圓馬さん(落語)、瀧川鯉昇さん(落語)、神田京子さん(女流講談師)、瀧川鯉斗さん(落語)、稲葉千秋社中(寄席ばやし) ●チケット 市内各プレイガイドにて好評販売中。

問

第2回／正午～(大広間)
真田温泉ふれあいさなだ館
TEL 72・2500

(正面玄関前)

●場所 真田温泉ふれあいさなだ館
第1回／午前9時50分

●期間 1月1日(木)
●信州真田六文銭太鼓連による「元旦 祝打ち」をお楽しみください。当日は「振る舞い酒」をご用意しております(入館料必要)。

ふれあいさなだ館 新春イベント

問

丸産業観光課 TEL 42・1037
●応募締切 1月11日(金)

●定員 60名程度

●参加費 2000円

●場所 丸子文化会館小ホール

●日時 2月7日(木)午後6時～8時

●日本屈指のワイン技術者であるメルシャン勝沼ワイナリー工場長の齋藤浩氏、陣場ぶどう畑でワイン用ぶどう栽培を手掛けるヴィンヤードマネーの塩原博之氏を講師にワインと食と健康などの話を聞きながら8種類程度のワインを味わいましょう。

マリコヴィンヤード ワインセミナー

行委員会事務局(上田市民会館)
TEL 22・0762

2008上小地域 作家作品展

上小地域で活躍中の作家の皆さんの作品を展示します(絵画、陶磁、農民美術、彫刻、書道、写真)。

●日時 1月20日(日)～27日(日)午前9時30分～午後4時30分(27日は午後4時まで)

●場所 上田創造館2階美術館

●入場料 無料

●上田創造館 TEL 23・1111

上田情報ライブラリー 新春イベント

新春にふさわしい演奏会に、皆さんお越しください。縁起の良い福茶(桜昆布茶)のサービスもあります。

●日時 1月5日(土)午後1時～2時30分

●場所 上田情報ライブラリーことばの繭ホール

●内容 琴の演奏／鈴木世津子さんほか(山田流)、ハーモニカ演奏／池田圭一さん

●入場料 無料

●上田情報ライブラリー
TEL 29・0210

<広告欄>

この冬の暖房は断然お得な都市ガスで

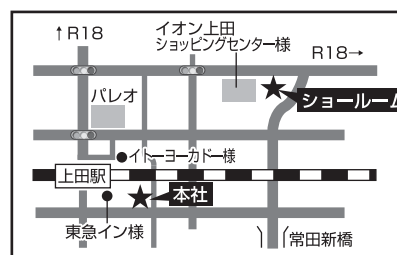
12/8(土) 12/27(木)

会場 ●上田ガスショールーム / 9:00～18:00
●上田ガス本社 / 9:00～17:00

期間中全商品20%～35%OFF

ガス機器歳末セール

ご来場・ご成約のお客様に記念品プレゼント!! 皆様のご来場お待ちしております。



上田ガス株式会社
TEL. 0268-22-0454

募集

上田市表彰制度検討委員会の委員を公募します

- 応募資格 市内在住の20歳以上75歳以下の方(審議会へ参画できるのは一人1審議会まで)
- 募集人員 2名
- 任期 委嘱の日から表彰制度制定まで
- 審議会の内容 市民に公平公正で透明性の高い表彰制度を構築する上で必要な事項について調査審議を行う。
- 応募方法 所定の申込書(秘書課にあります)に「上田市表彰制度について」と題したレポート(800字以内・書式自由)を添えて、秘書課に提出。レポートと面接により決定させていただきます。

●締め切り 1月7日(月)

☎ 秘書課 TEL22・3435



室賀温泉ささらの湯 もちつき体験・しめ縄作り

きねと臼うすを使った昔ながらのもちつきと、しめ縄作りを体験してみませんか。つきたてのおもちと猪鍋の無料配布も行います。

●日時 12月23日(日)午前10時～正午

●場所 室賀温泉ささらの湯

●参加料 無料

☎ 室賀温泉ささらの湯

TEL 31・1126

講座・教室

Information
A La Carte

第2回カラダ・げんき 健康教室参加者募集

運動を始めるきっかけ作りに楽しく一緒にカラダを動かしませんか。

●日時 1月15日・2月5日・3月11日(全3回火曜日)午前10時30分～11時30分

●場所 上田保健センター(市役所南庁舎2階)

●内容 ダンベル・チューブを使った貯筋体操やストレッチ、いすや青竹を使った有酸素運動など

●対象 20歳以上の市民の方

●定員 先着20名(12月20日(木)より電話受付開始)

●参加費 無料

☎ 健康推進課 TEL 28・7124

配色すてきに センスアップ講座

配色の感覚チェックやトーンによる配色技、センスを身に付けます。

●日時 1月16日～2月27日毎週水曜日の午後7時～8時30分

仕事の基本セミナー

仕事の基本を学び、組織や個人の能力を引き出しましょう。

●期日/仕事の基本(内容)

・第4回 1月21日(月)/チームで仕事するためのコミュニケーション

―協働作業で自分の価値を高める方法―

・第5回 2月14日(木)/組織を「わきあいあい」にするファシリテーション

―組織の気付きを引き出す会議の進め方―

・第6回 3月13日(木)/仕事の目的をはっきりさせるブレイクスルー

思考―目的は何か、何をすればよいかを考え、自分の能力を引き出す方法―

●講師 末広繁和氏(中小企業診断士)

●時間 いずれも午後6時30分～8時

☎ 上田情報ライブラリー

TEL 29・0210

- 場所 上田情報ライブラリーセミナールーム及びパレオ5階会議室
- 講師 牧谷孝則氏(元信州大学感性工学科教授・前多摩美術大学講師)
- 定員 15名
- 料金 一般/6000円、学生4000円、別途教材代(PPCカラーチャート/2800円)
- 申込締切 1月10日(木)までに電話で。

<広告欄>

ピアノ専門店 サンピアン上田ピアノ工房

●ピアノの調律 (全メーカー)

- ピアノの移動
- ピアノのオーバーホール・クリーニング (見積無料)
- ピアノの販売 (お客様に合ったピアノをご用意します。)
- ピアノの買取り (査定無料)

スタインウェイピアノ・ボストンピアノ

長野県正規特約店 株式会社 **サンピアン**

0120-14-7748

上田ピアノ工房 長野県上田市常磐城5-1-14

TEL0268-22-7748 FAX0268-22-7746

時

●場所 上田情報ライブラリー

●対象 中小規模事業所、個人事業者、起業家、従業員、個人

●費用 資料代500円(1回ごと)

●上田情報ライブラリー

TEL 29・0210

長野病院メタボ教室

「膝が痛い、腰が痛い」と言って運動できないかと思っている方、「冬は雪が降って寒い」と思って運動を止めてしまう方、「時間がないから運動はどうも」と思っている方。日ごろ、運動について疑問などお持ちの方、どなたでもご参加ください。長野病院糖尿病患者会みどり会の方と共に、一緒に楽しく運動するにはどうしたらいいか考えてみましょう。

●日時 1月12日(土)午後1時～3時30分

●場所 長野病院地域医療研修センター13階講堂

●演題 「楽しくできる運動支援」

●講師 松井浩氏(ヒューマンモア)

●参加費 無料

●定員 50名程度

※軽い運動ができる服装でお越しください。

●申し込み 1月7日(月)までにFAXで長野病院地域連携室(22・1893)、または電話で栄養管理室(22・1890)まで。

●長野病院 TEL 22・1890

高齢者福祉センター館内行事

市内在住の60歳以上の方ならどなたでも参加できます。いずれも会場はセンター大広間、時間は午前10時30分～正午です。

◇童謡唱歌を楽しむ会

●日時 1月18日(金)

●参加費 歌集代100円

◇ヨガ教室

●日時 1月24日(木)

●参加費 無料

●高齢者福祉センター

TEL 22・4119

募集

Information La Carte

非常勤職員「保育士」募集

●採用人員 若干名

●応募資格 保育士の資格を有する方(平成20年3月31日までに取得見込み可)

●就業期間 平成20年4月1日～平成21年3月31日までの間で雇用の必要な期間

●就業場所 市内公立保育園

●勤務条件/賃金 原則週40時間での割り振り、雇用保険・労災保険などの加入/上田市非常勤職員取扱要領により賃金支給

●試験科目 面接・適正検査(申し込み時に実施)、作文(「保育士として取り組みたいこと」と題した400字程度の作文を申し込み時に提出)

●応募書類 ①履歴書(市販のもの、写真添付)、②作文、③返信用封筒(80円切手張り付けて、あて名を記入)、④保育士証の写しまたは、資格取得見込証明書

●申込日時/場所 1月31日(木)・2月1日(金)午前9時～午後6時/上田市やぐら下庁舎2階第二会議室

●市保育課 TEL 23・5132

●自衛官等募集

●募集種目 2等陸・海・空士(3:4月採用男子)

●受験資格 18歳以上27歳未満の男子

●受付 随時行っています。

●試験日 1月26日(土)

●試験会場 松本駐屯地(松本市)

●採用後身分 特別職国家公務員
※詳細は、自衛隊上田地域事務所へお問い合わせください。

●自衛隊上田地域事務所

TEL 22・5267

おわびと訂正

広報うえだ12月1日号の情報、ら・かると24ページ掲載の「ストリートパフォーマンススクリスマスコンサート」の出演者名に誤りがありました。布野えいじさんに訂正しおわびします。

<広告欄>



紙ごみも今やゴミではありません。
事業系紙ごみもリサイクル
機密書類・オフィス古紙・ミックスペーパー
資源回収、鉄・非鉄金属、産業廃棄物、一般廃棄物



一般のご家庭からの不用品も受入れしています。

ごみのことならお電話ください



小柳産業株式会社

材木町 2-12-10
東内 1472

TEL.22-5353
TEL.43-0053

平成20年度学校体育施設開放利用団体の登録を受け付けます

市では、社会体育の普及振興を図るため、学校の体育施設を一般に開放しています。
1年ごとに利用団体の登録が必要になりますので、利用を希望される場合はお申し込みください。

■利用できる施設・日時

地域	利用できる施設		利用できる日時
上田	体育館	上田地域(旧上田市内)の小・中学校	年間(日曜・祝日及び年末年始は除く) 4月1日～7月31日午後6時30分～9時 8月1日～3月31日午後6時～9時
	グラウンド	第一・第三・第四・第五・塩田・第六中学校 西・北・塩尻・川辺・神川・豊殿・南・塩田西小学校	5月1日～10月31日(日曜・祝日は除く) 午後6時30分～9時
丸子	体育館	丸子北・丸子中学校	年間(年末年始は除く)午後6時～9時 土・日曜日及び祝日は午前8時30分～9時
	グラウンド	丸子中央・西内・丸子北・塩川小学校	年間の土・日曜日及び祝日(年末年始は除く) 午前8時30分～午後6時
真田	体育館	菅平・真田中学校	年間(年末年始は除く) 午後7時30分～9時30分
	グラウンド	菅平・長・傍陽・本原小学校	5月1日～10月31日までの土・日曜日及び 祝日午前8時～午後5時

●対象団体 市内在住・在勤・在学の方で組織された、成人の指導者のいる団体

●登録方法 所定の登録用紙(下表提出先機関にあります)に必要事項を記入し、下表の提出機関へ提出期間内に提出してください(郵送の場合必着)。なお、複数の学校を希望される場合は、学校数分の登録が必要になります。

例：第一中学校を希望する場合 → 提出先は上田市教育委員会体育課

利用希望地域	提出先機関	住 所	問い合わせ先	提出期間(締切厳守)
上田	上田市教育委員会 体育課施設係	天神二丁目4番74号	TEL23・6372	1月7日(月)～2月8日(金)
丸子	丸子総合体育館 体育係	御岳堂1-1	TEL43・2250	1月14日(月)～2月8日(金)
真田	真田地域教育事務所 生涯学習担当係	真田町長7199番地1	TEL72・2655	1月7日(月)～随時受付

※各地域運用方法が異なります。詳細は、利用希望地域の提出機関へお問い合わせください。

新生「上田市」発足1周年記念事業 武石番所ヶ原スキー場・市民の森スケート場にお出かけください。

☎ まちづくり協働課 TEL22・4100(内線1354)

市民の皆さんが各地域にお出かけいただき、地域資源に触れ、新生「上田市」の一体感を感じていただくため、市の公共施設を無料でご利用いただける取り組みを行っています。5月16日号広報で温泉施設や博物館、体育施設などの無料券を掲載しましたが、今回は「武石番所ヶ原スキー場のリフト1日券引換券」と「上田市民の森スケート場の無料入場券(2枚)」を用意しましたのでご利用ください。ご利用になる際は、このページに掲載されている券をきりとり線に沿って切り取り、窓口へ提出してください。

祝 新生「上田市」発足1周年記念 スキーリフト1日券引換券

施設名 武石番所ヶ原スキー場 上田市長

有効期限：平成19年12月22日(土)～20年3月30日(日)まで
(年末年始の19年12月29日(土)から翌年1月3日(木)及び土・日・祝日を除く)

営業時間：8:30～16:30

※ゲレンデ状況により営業しない日もありますので現地にお問合せ下さい
所在地：武石上本入2386-1 ☎86・2213

この券1枚につき当日1日券1枚と交換いたします。

※施設記入欄 利用者 一般・小中 同伴者 一般 名・小中 名

祝 新生「上田市」発足1周年記念 無料入場券

施設名 市民の森スケート場 上田市長

有効期限：19年12月16日(日)～20年2月10日(日)まで
(12月15日(土)、1月12日(土)、2月11日(祝)は施設無料開放)

但し、平成19年12月31日(月)～平成20年1月1日(火)を除く

営業時間：9:00～16:30(入場は16:00まで)

所在地：芳田3780-85 ☎27・9396

この券1枚につき一人1回無料で入場できます。(貸靴代別途300円)

※施設記入欄 利用者 一般・小中 同伴者 一般 名・小中 名

祝 新生「上田市」発足1周年記念 無料入場券

施設名 市民の森スケート場 上田市長

有効期限：19年12月16日(日)～20年2月10日(日)まで
(12月15日(土)、1月12日(土)、2月11日(祝)は施設無料開放)

但し、平成19年12月31日(月)～平成20年1月1日(火)を除く

営業時間：9:00～16:30(入場は16:00まで)

所在地：芳田3780-85 ☎27・9396

この券1枚につき一人1回無料で入場できます。(貸靴代別途300円)

※施設記入欄 利用者 一般・小中 同伴者 一般 名・小中 名

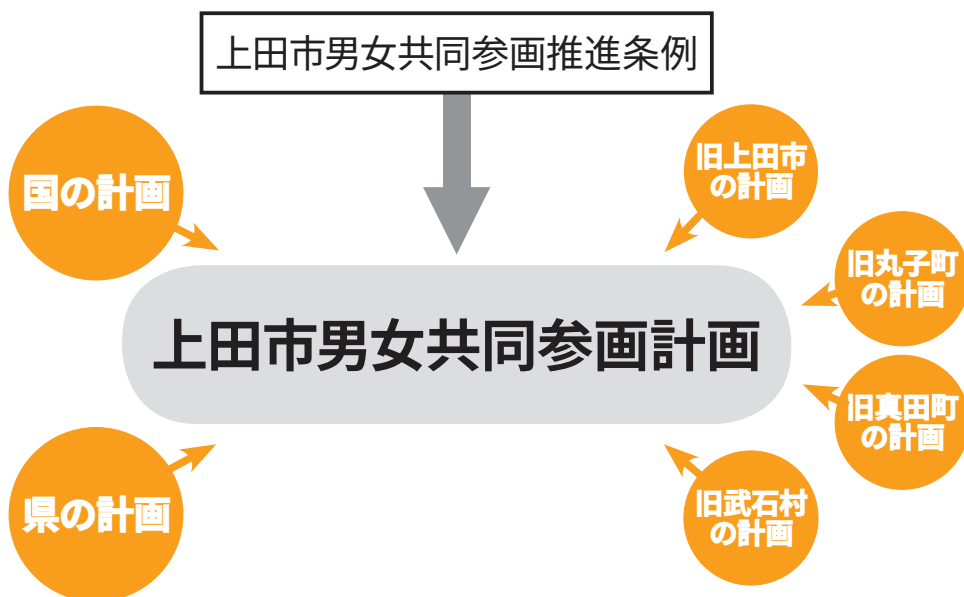
「上田市男女共同参画計画」を策定しました

ともに認め合い輝いて生きるために

上田市は、すべての人が性別にとらわれることなく、互いに人権を尊重し、自らの意思に基づき個性と能力を十分に発揮できる男女共同参画社会の実現を目指しています。

このほど、上田市男女共同参画推進条例に基づき、男女共同参画の推進に関する施策を総合的かつ計画的に推進するため、上田市男女共同参画計画を策定しました。この計画の策定にあたっては、上田市男女共同参画計画策定委員会において審議を重ね、市民の皆さんからご意見、ご提言をいただきました。

男女共同参画推進に向けて、平成19年度から23年度までの5か年計画とし市民の皆さんとともに上田市が取り組むべき目標と施策を明らかにしました。



男女がともにいきいきと暮らせるよう3つの基本理念と3つの基本目標、15の具体的目標を掲げ、各部局において施策を計画的に推進し、上田市における男女共同参画社会の実現を目指します。

基本理念

- 1 男女の人権の尊重
- 2 固定的な性別役割分担意識の解消
- 3 男女がともにあらゆる分野に参画し、その能力が発揮できる社会の創造

基本目標1 個人の人権が尊重される男女共同参画意識の確立

固定的役割分担意識を解消していくためには、男女共同参画のための意識啓発や教育・学習の一層の充実が必要です。

基本目標2 ともに個性や能力が発揮できる社会の実現

男女が自分の個性や能力を生かしてあらゆる分野に参画し責任を担うことが必要です。

基本目標3 健康で心豊かに暮らせる充実した生活基盤の強化

健康で心豊かな生活を築いていくには、男女がともに互いの生き方を認め合い充実した人生を送ることが重要です。

計画の全文など詳しい内容は、上田市のホームページでご覧いただけます。

URL : <http://www.city.ueda.nagano.jp/hp/ht/danjo/index.html>

☎ 人権男女共同参画課 TEL23・5245

中学生納税標語の入選者が決定しました



上田税務署、上小地方事務所、上小・更埴租税教育推進協議会と市で、税金の役割と期限内納税の重要性を正しく理解していただくため、市内中学3年生を中心に税に関する標語を募集したところ、1517点の作品が寄せられました。

慎重に審査した結果、次の65人が入選しました(敬称略)。

◆関東信越国税局長賞

(優秀)

見つけたよ 暮らしの中に 光る税

滝澤 優(四中)

(佳作)

この町に みんなの税が 生きている

春日 水希(塩田中)

◆上田税務署長賞

税金で 創るこの街 夢ある暮らし

竹内 清貴(一中)

納税は 社会参加の 第一歩

中澤 光貴(二中)

その税で 明るい未来の 芽が育つ

丸山 佳那枝(三中)

税金を 納めて築こう 豊かな日本

竹鼻 智子(五中)

小さな税 暮らしを支える 大きな力

有川 純平(六中)

考えよう 税の重みや 大切さ

斉藤 徹也(丸子中)

税金で 笑顔あふれる 国づくり

佐藤 香織(丸子北中)

納税で 創ろう未来と わが郷土

大井 侑紀(真田中)

税金は 豊かなくらし 支えてる

伊藤 チカ(菅平中)

税金で 楽しい未来 えがこうよ

大草 朝枝(依田窪南部中)

◆上小地方事務所長賞

僕たちの 夢と希望を 乗せた税

竹内 ほのか(一中)

ありがとう 税が支える 街づくり

滝沢 里奈(二中)

税金は あなたのまわりで 生きている

松村 佑介(三中)

国民の 未来のくらしを 築く税

五十嵐 覚(四中)

納めよう 未来のために 自分のために

半田 優(五中)

その税が みんなの生活 支えてる

中村 美果(塩田中)

理解して しっかり納めて 良い将来

窪田 哲也(六中)

深めよう 税に対する 関心を
今日と明日 つなぐこの道 税の道
支え合う みんなのくらし 税金で
あなたの納めた税金がわたしの教科書みんなの学校
これからの 社会を支える みんなの税金
成瀬 萌美(丸子中)
大森 恵里(丸子北中)
金井 美穂(真田中)
縷沢 奈穂美(菅平中)
小山 綾太(依田窪南部中)

◆上小・更埴租税教育推進協議会長賞

税金のこと 知って 払って 国づくり
あちこちで 税が生きてる 僕の街
支え合う 優しい気持ち 税金で
ほらここに あなたの税金 みんなの笑顔
税金を 納めて守る 明るい未来
税金は みんなの明日を 支えてる
その税が 未来を支える 大きな柱
税金で より良い暮らし 未来へと
税金は 明るい未来を つくる糧
考えよう 税の意味と 使い道
税金を しっかり納めて 明るい未来
公共サービス みんなが納める 税金から
柳原 花奈恵(一中)
中島 絢子(二中)
島川 由衣(三中)
武田 真実(四中)
掛川 弘明(五中)
宮原 良大(塩田中)
竹内 麻奈美(六中)
酒井 はるか(丸子中)
横山 奈央(丸子北中)
保科 すみれ(真田中)
宮原 正吾(菅平中)
奥田 光太郎(依田窪南部中)

◆上田市長賞

税金で 創る未来 かなえる未来
税金で みんなが歩く 通学路 今日も安心ありがとう
一人では 作れぬ未来を 税金で
納税は 住み良い暮らしの 第一歩
税金は より良い日本を つくりだす
この税で みんなの暮らし 創られる
未来へと 税を納めて 歩き出す
汗流し 納めた税で 夢づくり
その税が 明るい未来への かけ橋に
つくろうよ 笑顔と税で 明るい未来
望月 直雅(一中)
三井あかり(二中)
母袋 雅人(二中)
清水 将剛(二中)
若林 建吾(三中)
秋山 和寛(三中)
藤松 つるぎ(四中)
久保田 健太郎(四中)
高野 美佳(五中)
片井 響(五中)

納税を するからできる 豊かな暮らし
税金で 住みよいくらし 築いてく
税金を 納めてつくる 明るい未来
一人の税はみんなのために みんなの税未来のために
近藤 沙耶(塩田中)
田村 紗也子(塩田中)
倉科 絵梨(六中)

税金は 明るい未来の パスポート
幸せな 明るい未来を この税で
税金を納めてつくる 明るい未来
納めよう みんなの笑顔 守るため
税金を 払って支える 高齢社会
税金は どこでもみんなを 支えてる
気持ち良い 日本にしよう 税金で
あなたの税きつと誰かの幸せに、誰かの税きつとあなたの安心に
宮島 崇(六中)
齋藤 旦浩(丸子中)
小池 愛美(丸子中)
下村 由美子(丸子北中)
荻原 幸(丸子北中)
三井 悠生(真田中)
北沢 達郎(真田中)
蓮見 小奈津(菅平中)
西村 夏希(菅平中)
村岡 梓美(依田窪南部中)
大澤 明子(依田窪南部中)

◆関東信越税理士会長野県支部連合会長賞

今ここで 学べる裏に みんなの税
秋山 知菜(一中)

◆関東信越税理士会上田支部長賞

税金で 創っていきこう みんなの未来
納税で 住みよい社会の 実現を
坂巻 有季子(四中)
市村 夏美(塩田中)

◆上田税務署管内青色申告連合会長賞

夢のある 豊かなくらし つくる税
橋詰 美咲(三中)

◆上田間税会長賞

作ろうよ 輝く明日を 税金で
織 弥生(丸子中)

マルチメディア情報センター

TEL39・1000 URL <http://www.umic.jp/>

お正月を遊ぼう

日時◆1月5日(土)・6日(日)10:00～16:00

内容◆もちつき大会(両日11:30)、ジャンボかるたとり大会(両日13:00)、オリジナルたこ作り、お正月の遊び(たこあげ・こままわし・けん玉・お手玉)

料金◆無料

Windows Vista(ウィンドウズ ビスタ)を体験!

これからパソコンを始める方や買換えようと思っている方、新しいOS「Vista(ビスタ)」を体験してみませんか。また、ビスタに関する相談も受け付けます(要事前申し込み、先着各回2名、一人30分間)。

日時◆1月12日(土)13:30～16:00(体験/随時開催、相談/13:30～、14:10～、14:50～、15:30～)

対象◆どなたでも 料金◆無料

今年こそWORD3日間コース

日時◆1月17日(木)・24日(木)・31日(木)13:30～16:00

対象◆文字入力ができる方

料金◆3,500円(テキスト代1,050円別)

定員◆16名(要事前申し込み)

上田創造館

TEL23・1111 FAX24・4100

お正月あそび大会

お手玉・こま・はねつきなどで遊びましょう。

日時◆1月6日(日)～8日(火)10:00～15:00

冬の星座と神話

星座の見つけ方、星座にまつわる神話の世界。

日時◆1月19日(土)10:00～11:00

ふっくらふわふわカルメ焼きを作ろう!

日時◆1月26日(土)9:30～11:30

対象◆幼・保・小中学生とその保護者、先着20名
(小学校高学年以上なら子どもだけでも可)

申し込み◆1月23日(水)までに電話またはFAXで。

新春語りの会

塩田平民話研究会の語り手によるおはなしです。

日時◆1月27日(日)13:30～ 定員◆60名

※掲載のイベントは参加料、入場料無料です。

アクアプラザ上田

TEL26・2626

正月イベント

日時◆1月2日(水)11:30

内容◆アクアプラザのおもちつき、阿部雅子さん、田尻晴美コーチによる琴生演奏

各種水泳教室

申し込みは、12月18日(火)～24日(月)の間に、来館して所定の用紙に記入してください。別途入館料(一般750円、60歳以上500円)が必要です。

◇初心者水なれ(10回コース)

日時◆1月7日(月)～3月24日(月)13:00～13:50

対象◆全く泳げない方

定員◆10名 参加料◆1,700円

◇ベビースイミング(全10回コース)

※各コース共通

対象年齢◆平成20年1月1日現在

定員◆25名(組定員を超えた場合は抽選)

参加料◆1,400円

0歳児コース(6か月～1歳未満)

日時◆1月11日(金)～3月14日(金)12:00～12:30

1歳児コース(1～2歳未満)

日時◆1月9日(水)～3月12日(水)11:00～11:50

2歳児コース(2～3歳未満)

日時◆1月9日(水)～3月12日(水)12:00～12:50

3歳児コース(3～4歳未満)

日時◆1月8日(火)～3月11日(火)12:00～12:50

feelヨガ教室(全10回コース)

申し込みは、12月20日(木)から来館のうえお申し込みください(先着順)。別途入館料300円(入浴券)が必要です(プール・トレーニング室をご利用の方は一般750円、60歳以上・夜間500円)。

定員◆15名(実施人数に満たない講座は中止)

参加料◆5,300円

・月曜コース 1月7日～3月10日11:00～12:00

・火曜コース 1月8日～3月11日14:00～15:00

・金曜コース 1月11日～3月14日19:00～20:00

・土曜コース 1月12日～3月15日18:00～19:00

こんにちはボランティアセンターです②

図 武石ボランティア地域活動センター TEL85・2466

ボランティアグループいずみ会では、平成14年4月より学校が週5日制になったので、月に一度第4土曜日に「学童保育ピーターパン」の子どもたちと少しの時間ですが一緒に過ごしています。おはじき、けん玉、風船バレー、百人一首、おやつ作り、散歩など子どもさんと相談しながら行っています。

子どもさんと顔見知りになることで地域においても、声を掛けてくれることが、とてもうれしいことです。



秋晴れのいいお天気に散歩しました

1月の相談コーナー



心配ごと・人権

心配ごと相談

- ▷ 毎週月～金曜日9:00～16:00/ふれあい福祉センター
☎ 社協(上田地区センター) TEL27・8080
- ▷ 8日(火)・18日(金)・28日(月)9:00～12:00
/丸子ふれあいステーション
☎ 社協(丸子地区センター) TEL42・0033
- ▷ 25日(金)9:00～12:00/真田総合福祉センター
☎ 社協(真田地区センター) TEL72・2998
- ▷ 14日(月)9:00～12:00/武石老人福祉センター
☎ 社協(武石地区センター) TEL85・2466

人権相談

- ▷ 9日(火)13:00～16:00/市民プラザ・ゆう
☎ 人権男女共同参画課 TEL23・5393
- ▷ 25日(金)9:00～12:00/真田総合福祉センター
☎ 社協(真田地区センター) TEL72・2998
- ▷ 毎週月・水・金曜日9:00～16:00
/長野地方法務局上田支局
☎ 長野地方法務局上田支局 TEL23・2001

市民相談・交通事故相談・女性相談

- ▷ 毎週月～金曜日9:00～16:00/上田市役所(本庁舎)
☎ 生活環境課 TEL23・5120

女性のための相談

- ▷ 毎週火曜日11:00～18:00/市民プラザ・ゆう
- ▷ 毎週木曜日10:00～17:00/同上
- ▷ 第2・4土曜日10:00～17:00/同上
〈以上、女性相談員による相談/土曜は要予約〉
- ▷ 24日(木)10:00～12:00/市民プラザ・ゆう
〈弁護士による法律相談/要予約〉
☎ 市民プラザ・ゆう TEL27・3123

青少年電話相談

- ▷ 毎週月～金曜日9:00～16:00
/上田市青少年育成センター
☎ 生涯学習課 TEL22・8080

こころの相談(前日までに要予約)

- ▷ 9日(火)9:30～11:30/上田市役所(南庁舎)
☎ 健康推進課 TEL28・7123

ひきこもり相談

- ▷ 7日(月)・21日(月)13:30～16:00
/川西社会福祉センター
☎ 健康推進課 TEL28・7123

わが子の就職等相談会(要予約)

- ▷ 22日(火)13:30～16:30/勤労青少年ホーム
☎ 勤労青少年ホーム TEL22・7117



若者のための仕事何でも相談(要予約)

- ▷ 24日(木)13:30～16:30/駅前ビルパレオ 6階職業相談室
☎ 商工課 TEL23・5395
- 中小企業診断士による無料経営相談(要予約)
- ▷ 17日(木)18:30～20:00
/上田情報ライブラリー相談室
☎ 上田情報ライブラリー TEL29・0210



法律・行政

法律相談(要予約)

- ▷ 11日(金)・25日(金)13:00～16:00/上田市役所(南庁舎)
☎ 生活環境課 TEL23・5120
- ▷ 16日(水)9:00～11:30/丸子地域自治センター
☎ 市民生活課 TEL42・1216
- ▷ 19日(土)10:00～12:00/ふれあい福祉センター
☎ 社協(上田地区センター) TEL27・8080
- ▷ 16日(水)10:30～12:00/上田商工会議所
☎ 商工会議所 TEL22・4500

行政相談

- ▷ 8日(火)10:00～15:00/福祉会館
☎ 生活環境課 TEL23・5120
- ▷ 16日(水)9:00～11:30/丸子地域自治センター
☎ 市民生活課 TEL42・1216
- ▷ 25日(金)9:00～12:00/真田総合福祉センター
☎ 社協(真田地区センター) TEL72・2998

土地建物・不動産鑑定相談

- ▷ 10日(木)13:00～16:00/上田市役所(南庁舎)
☎ 生活環境課 TEL23・5120

登記法律相談(要予約)

- ▷ 16日(水)9:00～11:30/丸子地域自治センター
☎ 市民生活課 TEL42・1216



育児・福祉

母子・児童相談

- ▷ 毎週月～金曜日9:00～16:00
/上田市役所(やぐら下庁舎)
☎ 子育て・子育て支援課 TEL23・2000

児童生徒の教育相談

- ▷ 毎週月～金曜日9:00～16:00/教育相談所
☎ 教育相談所 TEL27・0241

介護なんでも相談

- ▷ 10日(木)9:00～17:00/上田市役所(南庁舎)
☎ 高齢者介護課 TEL23・5140

もの忘れ・認知症相談

- 1月はありません
☎ 高齢者介護課 TEL23・5140

欲しいもの、ゆずりたいものがあればエコ・ハウス(上田クリーンセンター敷地内)までお問い合わせください。
(11月19日現在の登録状況) ☎ エコ・ハウス TEL23・5144(受付時間/平日午前10時～午後4時)

●ゆずります

電気ストーブ(小)/加湿器/食器洗い機(4～5人用)/パソコン/食卓セット(80×80、イス4脚)/地球儀/
ポストランド(年賀はがき作成)/カーペット8畳/こたつ掛布団、下掛、下敷(200×250)/ぶらさがり健康器
/石油ストーブ

●ゆずってください

チャイルドシート/炊飯器(5合)/洗濯機(二槽式、全自動)/電話器/大人用自転車/スクーター50cc/二段
ベッド/応接セット(イス)/流し台(外用)/げた箱(大きめ)/犬のおり/工業用電動ミシン/車イス/クラシッ
クギター/ヤマハピアノ

不用品交換情報

ウィークエンドリサイクル
時間 午前10～12時

1/5 ツルヤ上田山口店・マツヤ上田川西店 1/12 西友秋和店・西友三好町店
1/19 やおふく古里店・Aコープコア塩田店 1/26 西友上田東店・しおだ野SPセンター

◆丸子保健センター（丸子地域にお住まいの方）

TEL42・1117

◇乳幼児健診・教室・相談◇

- 受付時間 4か月、10か月、1歳6か月児健診／13:00～13:15、3歳児健診／13:00～13:30
 ●持ち物 母子健康手帳、赤ちゃん手帳の「おたずね」（記入して）、1歳6か月児と3歳児は歯ブラシ

健康診査	実施日	対象者
4か月児健診	1月11日(金)	平成19年8月8日～9月5日生
10か月児健診	1月31日(木)	平成19年3月生
1歳6か月児健診	1月18日(金)	平成18年7月生
3歳児健診	1月25日(金)	平成16年11・12月生

- 受付時間 10:00～10:30

健康相談	実施日	対象者
お誕生相談	1月10日(木)	平成18年12月・19年1月生

◇予防接種◇

- 受付時間 13:00～13:30 ●持ち物 母子健康手帳、予診票

種別	実施日	対象者
BCG	1月23日(木)	平成19年9月生



◆真田保健センター（真田地域にお住まいの方）

TEL72・9007

◇乳幼児健診・教室・相談◇

- 受付時間 4か月、10か月、3歳児健診、7か月児相談／13:15～13:40、ベビー相談／9:00～9:30
 ●持ち物 バスタオル、母子健康手帳、赤ちゃん手帳の問診票、（3歳児健診）左記に加え、健診当日の尿

健康診査	実施日	対象者
ベビー相談	1月11日(金)	平成19年10～11月生
4か月児健診	1月30日(木)	平成19年9月生
7か月児相談		平成19年6月生
10か月児健診		平成19年3月生
3歳児健診	1月25日(金)	平成16年9～11月生

◇予防接種◇

- 受付時間 13:15～13:40 ●持ち物 母子健康手帳、予診票、体温計

種別	実施日	対象者
BCG	1月31日(木)	平成19年9～10月生

◆武石健康センター（武石地域にお住まいの方）

TEL85・2067

◇乳幼児健診・教室・相談◇

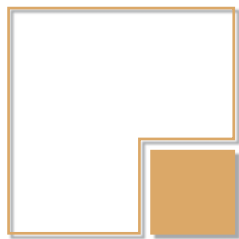
- 受付時間 4か月、10か月児健診／13:00～13:15、1歳半・3歳児健診／13:30～13:45、幼児歯科健診／13:00～13:30
 ●持ち物 母子健康手帳、該当する健康診査票〈おたずね〉、歯科健診は歯ブラシも

教室名	実施日	対象者
乳幼児健診	1月24日(木)	4か月／平成19年8月23日～10月24日生
		10か月／平成19年2月23日～4月24日生
		1歳半／平成18年5・6月生
		3歳／平成16年12月・17年1月生
幼児歯科健診	1月31日(木)	1歳半／平成18年4～6月生
		2歳／平成17年11月～18年1月生

- 受付時間 9:30～9:45 ●持ち物 母子健康手帳、2歳のおたずね

教室名	実施日	対象者
2歳児教室	1月21日(月)	平成17年11月～18年1月生

※詳しいことは年間予定表をご覧ください。



1月の乳幼児 健康診査 予防接種

◆上田地域保健センター（上田地域にお住まいの方）

TEL23・8244

◇乳幼児健診・教室・相談◇

●受付時間 乳幼児健診／12:30～13:45(開始時刻13:00～)

2歳児歯科健診(旧2歳児教室)12:30～13:15(開始時刻13:15～)

●持ち物 母子健康手帳、健康診査票ほか、詳しくは赤ちゃん手帳または平成19年度版保健ごよみをご覧ください。

健康診査	実施日	対象者
4か月児健診	1月10日(木)	平成19年8月16日～31日生
	1月23日(木)	平成19年9月1日～15日生
1歳6か月児健診	1月9日(木)	平成18年6月16日～30日生
	1月16日(木)	平成18年7月1日～15日生
2歳児歯科健診 (旧2歳児教室)	1月15日(火)	平成17年10月1日～15日生
	1月24日(木)	平成17年10月16日～31日生
3歳児健診	1月8日(火)	平成16年12月1日～15日生
	1月18日(金)	平成16年12月16日～31日生

塩田母子健康センター(上田地域の塩田・川西地区にお住まいの方)

4か月児健診	1月29日(火)	平成19年8月16日～9月15日生 川辺・泉田地区の方も対象です
1歳6か月児健診	1月22日(火)	平成18年5月16日～7月15日生

塩田・川西地区の2歳児歯科健診(対象：平成17年11月1日～12月31日生)と

3歳児健診(対象者：平成16年12月1日～17年1月31日生)は2月に行います。

市内委託医療機関

個別10か月児健診	1月受診／完全予約制	平成19年2月16日～3月15日生
-----------	------------	-------------------

※もぐもぐ教室(7か月ごろの離乳食教室)と歯がはえたら教室(赤ちゃんの歯のケアについて、対象：お子さんの歯が4本はえたころの親子)も、毎月実施しています。詳しくは、平成19年度版保健ごよみをご覧ください。

◇予防接種◇

●受付時間 13:30～14:10 ●持ち物 母子手帳、予診票、体温計

種別	実施日	会場	対象者
BCG	1月9日(木)	中央公民館	・平成19年9月生
	1月30日(木)	川辺町会館	・生後3～6か月未満でBCG未接種児



◆これからの時期、インフルエンザに注意しよう！

インフルエンザは、のどの痛み、鼻汁、せきなどの症状のほかに、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れます。抵抗力の弱いお子さんや高齢者は特に注意が必要です。症状が見られたら、早めに医療機関を受診しましょう。

予防としては：①栄養と休養を十分にとる ②適度な湿度(50～60%)の保持 ③人込みや繁華街への外出を控える、外出時のマスク着用 ④帰宅時に手洗い・うがい
予防接種では100%予防することはできませんが、かった場合の重症化防止に有効とされています。接種を希望

される場合は、かかりつけ医とよく相談しましょう。予防接種を受けてから効果が現れるまでに2週間程度を要するため、12月中旬くらいまでの接種が望ましいとされています。また、上田市では12月31日まで、65歳以上の市民の方(60～65歳未満の方でも疾病や障がいなどによる一定の条件を満たしていれば対象となる場合があります)は1,000円の自己負担で予防接種が受けられます(医療機関へ実施の有無を確認のうえ予約をしてください)。詳しくは、各地域保健センターまでお問い合わせください。

1

月の行事予定

EVENTNAVI

期日	行事名	問い合わせ先
1日火	第34回元旦マラソン大会	丸子総合体育館 TEL43・2250
2日水	正月イベント(おもちつき、琴の生演奏ほか)	アクアプラザ上田 TEL26・2626
4日金	第46回武石地域新春詩歌展(～31日)	武石公民館 TEL85・2030
	特別展「新春蘇民将来符展」(～2月3日)	信濃国分寺資料館 TEL27・8706
5日土	お正月を遊ぼう(・6日)	マルチメディア情報センター TEL39・1000
6日日	お正月あそび大会(～8日)	上田創造館 TEL23・1111
8日火	ウィーン・ヨハン・シュトラウス管弦楽団 ニューイヤー・コンサート2008	丸子文化会館 TEL42・0001
12日土	上小スポレク祭「冬の部」市民の森スケート場祭	体育課 TEL23・6372
13日日	平成20年上田市成人式	生涯学習課 TEL23・6370
	新春蘇民将来符展展示説明会(・20日)	信濃国分寺資料館 TEL27・8706
15日火	第2回カラダ・げんき健康教室	健康推進課 TEL28・7124
16日水	配色すてきにセンスアップ講座 (～2月27日の毎週水曜日)	上田情報ライブラリー TEL29・0210
17日木	自治会新旧役員さん応援パソコン教室	上田創造館 TEL23・1111
19日土	こころの健康づくり講演会	健康福祉課 TEL42・1117
20日日	2008上小地域作家作品展(～27日)	上田創造館 TEL23・1111
	新春文化講演会	上田市文化芸術協会事務局 (文化振興課内) TEL23・6361
26日土	新春語りの会	上田創造館 TEL23・1111
27日日	恒例新春寄席	信州国際音楽村 TEL42・3436
29日火	市長「ふれあい談話室」	秘書課 TEL22・3435
31日木	新春コンサート	市民プラザ・ゆう TEL27・2988

CONTENTS

主な内容

- 1 地域協議会委員公募
- 2 16万市民の家計簿
- 4 パブリックコメント ほか
- 5 人事行政状況
- 8 情報あ・ら・かると (お知らせ)
- 12 (催し)
- 14 (講座・教室)
- 15 (募集)
- 16 学校体育施設利用団体登録受付 ほか
- 17 上田市男女共同参画計画策定
- 18 中学生納税標語
- 20 各施設イベント ほか
- 21 1月の相談コーナー ほか
- 22 1月の乳幼児健康診査・予防接種
- 24 イベント・ナビ



上田市
携帯サイト