

～^{はや}疾きこと風の^{ごと}如く～

第21回 上田古戦場健康・ ハーフマラソン大会開催

参加者
募集!!

上田古戦場公園県営上田野球場前をスタートし、川西方面を折り返し、県営上田野球場をゴールとする各コースをご用意しました。

健康ウォークは風林火山でおなじみの古戦場の地を巡るコースです。

- 日 時 10月7日(日)※雨天決行
- 主 会 場 県営上田野球場
- 参加資格 一般アマチュア競技者で、健康に自信のある方。
※小中学生は、保護者の承諾が必要です。(他要項に記載)
- 申し込み 参加費を添えて体育課または丸子総合体育館、真田・武石地域教育事務所へ。
- 受付期間 8月13日(月)～9月21日(金)(休日受付は9月9日(日)午前9時から午後4時まで)
- そ の 他 遠方にお住まいで出場希望の方をご存知でしたら体育課へお知らせください。郵便振替用紙付の大会要項をお送りします。

●種目など

種 目	参加費
A 男子ハーフ	2,000円
B 女子ハーフ	
C 男子10km	
D 女子10km	
E 男子5 km	
F 女子5 km	
G 中学生男子5 km	1,000円
H 中学生女子5 km	
I 小学校高学年男子3 km (小学4～6年生)	
J 小学校高学年女子3 km (小学4～6年生)	
K 小学校低学年3 km (小学1～3年生)	500円
Z 健康ウォーク4 km どなたでも参加できます。	

疾
如
火
不
動
如
林
山
侵

固 固体育課 TEL23・6372

災害時の
行動を
再チェック!

第2回上田市総合防災訓練

9月1日(土)の午前中、丸子総合グラウンドを主会場に「上田市総合防災訓練」を開催します。今年度は丸子地域を重点地区として、住民の皆さんや防災関係機関との協力により、各種防災訓練を実施します。

訓練概要

上田市の防災訓練では、関係機関の協力により、次のような訓練を実施する予定です。

・住民による防災訓練
(非常通報訓練、避難訓練、消火)

栓取扱訓練、避難場所運営訓練、応急救護講習など)

・関係機関による防災訓練
(消防・自衛隊・警察・赤十字奉仕団・ライフライン関係機関などによる各種訓練)

◆防災訓練に参加しましょう!

近年、大きな地震や台風・豪雨による災害が全国各地で相次ぎ、甚大な被害が発生しています。

このような災害が発生した場合には、普段から訓練をしていないと、いざという時に身動きがとれなくなります。皆さんも訓練に参加して、災害時の行動をもう一度確認してみましょう!

◆アマチュア無線局の皆さんへ

訓練中、丸子総合グラウンド内に無線局を設けて、メリット交換を行います。アマチュア局で参加いた

ける方は、最寄りの場所から参加をお願いします。

●使用周波数

140MHz(メガヘルツ)帯
145・68MHz(メイン)、
144・68MHz
430MHz(メガヘルツ)帯
433・68MHz(メイン)、
432・68MHz、431・68MHz

◆ボランティア参加者の方へ

訓練にボランティアとして参加していただける方は、当日午前9時までに丸子総合グラウンド(訓練受付場所)にお集まりください。会場で行われる給食訓練、救援物資集配訓練などに参加いただけます。

◆緊急車両の通行にご協力を

訓練当日は、丸子総合グラウンドを中心に、緊急車両がサイレンを鳴らしながら走行します。市民の皆さんのご理解・ご協力をお願いします。

◆日ごろから備えましょう

非常持ち出し品を備えて中身をチェックし、日ごろから備えをしておきましょう。また、近くの避難場所も確認しておきましょう。

◆会場

会場には駐車場がありませんので、公共交通機関をご利用ください。



問 市危機管理室
TEL23・5332

上級救命講習会

いざという時の応急手当の方法を身につける講習会です。講習修了者には修了証をお渡しします。

- 日時 9月9日(日)
午前8時30分～午後5時30分
- 場所 農村環境改善センター
- 講習内容 心肺蘇生法(AED使用法ほか)、大出血の止血法、骨折の手当など。
- 受講料 無料
- 募集人数 80名
- 服装・持ち物 実技のできる服装、筆記用具、昼食。
- 申し込み 9月2日(日)までに、お近くの消防署で申込用紙に記入してください。

☎ 上田中央消防署(救急係)
TEL26・0019

子どもの救急講習会

子どもがのどにものを詰まらせた時、けがをした時に適切な手当ができますか？これら不慮の事故予防の講習と対処法についての講習会を開催します。ぜひ、この機会に受講してみてください。

- 日時 9月15日(土)
午前9時30分～11時30分
- 場所 丸子ふれあいステーション(3階)
- 講師 丸子保健センター保健師、丸子消防署救急救命士
- 受講料 無料
- 募集人員 50名程度
- 申し込み 9月9日(日)までに丸子消防署へ(定員になり次第締め切り)。

☎ 丸子消防署 TEL42・0119

策定
しました

上田市地域防災計画 上田市国民保護計画

☎ 危機管理室 TEL23・5332

上田市では、合併に伴い、旧4市町村の地域防災計画を全面的に見直し、新たな『地域防災計画』を策定しました。また、平成16年9月に施行された「武力攻撃事態等における国民の保護のための措置に関する法律(国民保護法)」により、市町村での策定が義務付けられている『国民保護計画』を策定しました。

上田市地域防災計画

●計画の目的

この計画は、災害対策基本法第42条の規定に基づき、市長を会長とする上田市防災会議が作成するもので、市民生活に甚大な被害を及ぼす恐れのある大規模な災害に備え、または対処するため、市・関係機関・住民等が協力し、必要な災害対策を実施することにより、かけがいのない住民の生命、身体及び財産を保護することを目的としています。

●計画の構成

編	項 目	概 要
風水害対策編 震災対策編 火山災害対策編 その他の災害対策編	総則	計画策定の趣旨、関係機関の実施責任、被害想定などを明記しています。
	災害予防計画	防災事業の推進、防災知識の普及、災害時要援護者計画など、平常時における取り組みを規定しています。
	災害応急対策計画	被害を軽減するため、警報など住民への伝達や適切な避難誘導の実施、災害発生時の応急活動などについて規定しています。
	災害復旧計画	被災者の生活再建に対する支援、施設などの計画的な復旧などについて規定しています。

上田市国民保護計画

●計画の目的

この計画は、国民保護法の規定に基づいて市が作成するもので、住民の生命、身体及び財産の保護を目的に、外部からの武力攻撃や大規模テロなどの武力攻撃事態などが発生した際の、避難や救援の仕組みや武力攻撃災害への対処などについて定めています。

●計画の構成

「総論」、「平素からの備えや予防」、「武力攻撃事態等への対処」、「復旧等」、「緊急対処事態における対処」の各編から構成されています。

お知らせ

Information
A La Carte

地震から守りましょう 大切な家が家を！

7月16日に新潟県中越地方と長野県北部で震度6強の地震が発生し、大きな被害をもたらしました。市では、昨年度から戸建て木造住宅を対象に、無料の耐震診断と耐震改修の助成制度を行っています。この機会にご自宅の耐震診断・改修を考えてみませんか。

●対象住宅 次の条件をすべて満たす木造住宅(申し込みができるのは建物の所有者のみ)です。
・昭和56年5月31日以前に建築工事に着手した住宅
・個人所有の一戸建て住宅(店舗併用住宅の場合は2分の1以上が住宅)

・在来工法の木造住宅(ツーバイフォー工法や非木造の住宅は対象外)
●申し込み 市役所本庁舎4階建築指導課窓口にある「上田市住宅耐震診断士派遣申込書」(市ホームページにも掲載)に記入の上、提出してください。申し込み後、長野県で登録された耐震診断士(民間の建築士)を派遣します。

●耐震補強工事 耐震診断の結果、耐震補強が望ましいとされた住宅工事に対し、耐震補強工事費の2

分の1(限度額60万円)の助成を行います。ただし、助成には所得制限があります。詳しくは、お問い合わせください。

問 建築指導課 TEL 22・4100
(内線1543・1545)

緑の募金への ご協力に感謝します

今年度も4月1日から5月31日の期間で「緑の募金」を行い、皆さんのご協力のもとに総額553万2438円が集まりました。これらの募金は、(社)国土緑化推進機構の事業のほか、上小地区の緑化推進事業と森林整備支援事業に役立てられます。ご協力ありがとうございました。

問 森林整備課
TEL 22・4100(内線1457)

日本脳炎予防接種 希望者のみに実施

日本脳炎予防接種については、現行ワクチンの特徴や効果、副反応の危険性などが十分理解され、接種を強く希望される場合のみ、定期の予防接種(公費負担)として実施しています。市では勧奨はしませんが、接種を希望される方は次の要領で接種してください。

●対象者 第1期／3歳以上7歳6か月未満、第2期／小学4～6年生

●実施期間 平成20年3月31日まで
●費用 無料(ただし同意書に署名された場合のみ)

●場所 市内個別接種委託医療機関(事前に電話予約が必要です)。実施医療機関についてはホームページをご覧ください。健康推進課までお問い合わせください。

●持ち物 住所・年齢のわかるもの、母子手帳、問診票(医療機関にもあります)、体温計

問 健康推進課 TEL 28・7123

年金記録の相談会

小諸社会保険事務所による年金記録の相談会が次のとおり行われます。相談は小諸社会保険事務所の職員が応じます。ぜひこの機会にご自分の年金記録を確認してください。

●日時 8月24日(金)・30日(木)午前10時～午後4時

●会場 上田創造館(2階コミュニティホール)

●持ち物 印鑑、年金手帳または年金証書など。代理の方の場合は委任状も必要です。

問 小諸社会保険事務所
TEL 0267・22・1080

金婚式をお祝いします

丸子地域
対象

平成19年に金婚式を迎えるご夫婦を対象に、記念撮影を予定しています。昭和32年にご結婚された方々が

緊急地震速報「利用の心得」

- 周囲の状況に応じてあわてずに、まず身の安全を確保する！
- 緊急地震速報は見聞きしてから、強い揺れが来るまでの時間は、数秒から数十秒しかありません。
- その短い間に身を守るための行動を取る必要があります。

お知らせ

緊急地震速報 10月スタート

緊急地震速報は、地震による強い揺れを事前にお知らせすることを目指す新しい情報で、今年10月1日から提供を開始する予定です。

全国の民放各局のテレビ及び、NHKなどで震度4以上の強い揺れの地域の名前を「揺れが来る前」にお知らせするものです。

ただし、震源に近い地域では、「緊急地震速報」が強い揺れに間に合わないことがあります。

問 長野地方気象台防災業務課 TEL026・232・3773

対象です。また、都合により昨年が対象で届出をされていない方なども今回対象とします。

9月13日(木)までに、丸子地域自治センター健康福祉課(高齢者支援係)までご連絡ください。

問 健康福祉課 TEL 42・0015

生け垣づくり助成制度

生け垣は家の中から四季の緑を楽しめるほか、緑のある美しいまちづくりに貢献します。市では、市民の皆さんが新しく生け垣を作る場合に費用の一部を助成します。

●申請方法 生け垣工事着工前に申請書の提出が必要で、着工後は助成対象になりません。

●助成対象 道路に面し、5m以上連続する生け垣。ほかにも条件がありますので、お問い合わせください。

●助成額 生け垣を作る費用の2分の1以内(限度額5万円。ブロック塀などを撤去して生け垣を作る場合は限度額10万円)。

問 都市計画課 TEL 23・5127

巡回労働相談

賃金・退職金に関する疑問や労働時間・休暇などに関する法律解釈など労働問題全般について、公正・中立な立場で専門の相談員が解決に向けた助言をします。相談は無料で、

秘密は厳守されます。

●日時 9月8日(土)午前9時～正午

●場所 丸子ふれあいステーション3階会議室

●相談員 県労働相談員、東信労政事務所職員

問 東信労政事務所

TEL 25・7144

区 産業観光課 TEL 42・1047

介護者の会なのはな開催

●日時 9月7日(金)午後1時～3時30分

●場所 上田市役所南庁舎6階

●内容 介護者のリフレッシュ、要介護者とのコミュニケーションを図るための「足もみマッサージ」の講義と実習、介護者同士の交流会、茶話会。

●対象 現在介護されている方、または介護について学びたい方。

●参加費 無料

●持ち物 大きめのバスタオル

●申込期限 9月6日(木)

問 高齢者介護課 TEL 23・5140

子どもの悩みごと相談所開設します

人権擁護委員が子どもの悩みごとの相談をお受けします。一人でもお母さんやお父さん、友だちと一緒に構いません。また保護者の方も、

気軽に相談ください。電話での相談も可能です。相談は無料で、秘密は固く守られます。

●日時 9月1日(土)午前10時～午後3時

●場所 長野地方裁判所上田支局、丸子解放センター(TEL 42・6694)

●対象 悩みごとのある子ども及びその保護者。

●申し込み 当日会場へ直接お越しください。

問 上田人権擁護委員協議会

(長野地方裁判所上田支局内)
TEL 23・2001

市税の期限内納付にご協力ください

期限内に納付がない場合は督促状を発送し、それでも納付がない場合は滞納処分に移行することになります。

市では、昨年度600件を超える差押を行い、公売を7回行いました。

今後、納付する能力がありながら納付しない、いわゆる誠意のない納税者には、滞納処分を積極的に進めていきます。

●8月31日(金)が納期限の税金

市県民税・第2期

国民健康保険税・第2期

●督促状とは 納期限までに支払いがない場合、納期限後20日以内に滞納者に督促状を発送しなければならぬと定められています。督促

状を発送した場合、手数料として100円をお支払いいただきます。

また、納税相談により分割納付する場合でも、納期限が過ぎると督促状が発送されます。

問 市収納管理課 TEL 23・5117

区 丸税務課 TEL 42・1028

区 市民生活課 TEL 72・0154

区 市民生活課 TEL 85・2827

防災医療・補償の無料相談

厚生労働省の委託を受けています。相談は無料で秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

問 RIC(財)防災保険情報センター

長野事務所
TEL 0120・039・631

ラグビー交流試合対戦カードが変更

広報うえだ8月1日号19ページ「菅平高原ラグビー交流試合」中、予定されていた3試合のうち8月25日の「慶應大学×関東学院大学」の試合は中止となりました。

問 菅平高原観光協会

TEL 74・2003

催し

上田市文化講演会 「いよいよ、人間らしく 生きるときがやって来た！」

上田市では今年度、新市の文化芸術に関する方向性を示す「文化芸術振興に関する基本構想」の策定を進めています。これを機に、これからの上田市の文化や、一人ひとりの心豊かな生き方について、一緒に考えてみませんか。

- 日時 9月1日(土)
午後2時開演(1時30分開場)
- 場所 真田公民館(旧真田文化会館)
おおばやしのおひこ
- 講師 大林 宣彦監督(映画作家)
- 入場料 無料(申し込み不要)
- 定員 400名



問 市文化振興課
TEL23・6361

第5回別所線沿線 写真撮影会

昨年引き続き、プロカメラマンが同行しますので、初心者の方もお気軽にご参加ください。先着10名までデジタルカメラをお貸しできます。後日コンテストにも出品します。

- 日時 9月22日(土)雨天決行
- 集合 午前9時20分上田駅南北自由通路
- 定員 50名(先着順)要予約
- 参加費 2000円

催し

Information
A La Carte

第3回ことばと遊ぶ おはなしの会

- 日時 8月26日(日)午前10時30分～正午
- 場所 上田情報ライブラリーセミナー
- 内容 パネルシアター、折り紙、

- (別所線フリーきつぷ、昼食代)
- 申し込み 別所線電車存続期成同盟会事務局(市地域交通政策課内)
TEL22・4100(内線1509)まで。
- 問 マルチメディア情報センター
TEL39・10000

発達障害についての 講演会

- 読み聞かせ、ことば遊び、わらべ歌など(参加費無料)
- 対象 幼児と保護者、小学生
- 定員 30名
- 問 表現を楽しむ会(上田情報ライブラリー内) TEL29・02110

観光トレッキングツアー 参加者募集

- 上田地域の豊かな自然の中をハイキングします。
- 日時 9月8日(土)午前8時30分～午後4時
- 場所 東御市湯の丸高原・池の平湿原
- 対象 上田地域内外の住民(小学生以上)
- 定員 100名(応募者多数の場合抽選)
- 参加費 一人500円

- 日時 8月31日(金)午後3時～5時
- 場所 上田文化会館ホール
- 演題 「発達障害についての理解と支援」わかってほしい! 気になる子」
- 講師 高山恵子氏(NPO法人えじそんくらぶ代表)
- 参加費 無料
- 問 子育て・子育て支援課
TEL23・5106

別所線沿線 写真コンテスト

別所線電車や沿線の魅力を再発見し、別所線存続についての意識を高めることを目的として作品を募集します。別所線の魅力を表現した季節感あふれる作品をお待ちしています。入選・入賞作品は別所線をPRする観光ポスターなどに使わせていただきます。

- 募集作品 平成17年4月以降に撮影した別所線をテーマにした作品
- 募集期間 9月末まで
- 応募要領 事務局にお問い合わせください。
- 問 別所線電車存続期成同盟会事務局(市地域交通政策課内)
TEL22・4100(内線1509)

平成19年度後期 信大市民開放授業

- 大学の授業を開放します。キャンパスライフをお楽しみください。詳細はお問い合わせください。
- 開講期間 10月～平成20年2月
- 開講場所 信州大学全学教育機構及び各学部

催し

アジア交流フェスティバル in 上田

今夏、アジア、中でも韓国をメインとした音楽や民族芸能、文化の交流イベントが行われます。日ごろ接触の少ないアジアの人々と交流を図るとともに、日本の真ん中、新生「上田市」から、県内はもとより、全国、世界に向け新たな文化を発信します。

●期日

8月23日(木)～26日(日)

●場所

信州国際音楽村施設一帯

●イベント内容／チケット料金など

- ・メイン公演(23～26日)
韓民族楽器の生演奏と公募メンバーでつづる、音楽劇「四谷怪談」／前売り券は一般券3,000円、ペア券(2名)5,000円、学生券1,500円、チケットはプレイガイドで。
 - ・手芸教室(23～26日)
李鳳順のボジャギ(韓国のパッチワーク)／3,000円(要事前申し込み)
 - ・ハングル講座(23～26日)
即席講座、初心者歓迎。
 - ・セミナー(25・26日)
田中ぼるぼのインド・カディ、よもやま話(エコロジーな話)
 - ・舞台(25・26日)
チャンゴ(朝鮮の伝統的打楽器)の演奏・舞踊・ソヘグム(朝鮮の伝統的弦楽器・胡弓の仲間)の演奏ほか。
 - ・映画「ウリハッキョ(私たちの学校)」(25日)
北海道の朝鮮学校で3年半にわたり撮影された、韓国のキム・ミョンジュン監督の作品。
 - ・模擬店・遊び体験(25・26日)、展示・ビデオ(23～26日)ほか。
- ※イベントを手伝ってくれるボランティアも募集中。

問 「アジア交流フェスティバル in 上田」実行委員会事務局(音楽村内)
TEL42・3436



丸子金子図書館 本のリサイクル市

図書館で除籍になった本などを無料で提供します。

日時 9月1日(土)・2日(日)午前10時～午後4時

場所 丸子金子図書館2階

●受講料 9400円／1授業科目
(二部異なる授業あり)
問 信州大学総合窓口
TEL0263・37・2870

北国街道柳町夏祭りにお出かけください

平成19年度上田市元気な地域づくり、歴史的町並み活用事業。夏の午後、粋で涼しさを演出したお祭りを楽しみましょう。

日時 8月25日(土)午後2時～9時

◇無料イベント

鮎200匹をつかみどり! その場

◇有料イベント

粋な江戸遊び投扇興、サパトスのストリートライブとそば付コンサート、三遊亭きん歌さんの落語

◇有料飲食販売

岡崎酒造の樽酒、森文の生ビールとカキ氷、喫茶お西のおつまみ、お西のそば、ルヴァンのパ

問 丸子金子図書館
TEL42・2414

ン、蔵屋の欧風おつまみ、刀花のみつまめ、名取製館のクリーム最中、菱屋の味噌の量り売り、銭沢時計店のアクセサリー、スタジオケイナのフェルト教室その他生野菜、漬物などの販売も予定しています。
※MYはし、MYどんぶり持参は大歓迎です。

問 実行委員会(森文)

TEL22・1458



催し

萩見の茶会

- 日時 9月2日(日)午前10時～午後3時
- 場所 武石ともしび博物館
- 内容 博物館庭園の秋の七草「萩」を觀賞しながら、屋外に設けた茶席で野点を楽しみます。茶券は無料にて受付でお渡しします。皆さんお誘い合わせてお出かけください。

- 入館料 一般 400円
小中学生 200円

問 武石ともしび博物館
TEL85・2474



デジタル写真加工講座 & 作品講評会

別所線撮影会で撮った写真を、よ
り自分のイメージに近づけて仕上
げられるように、パソコンソフト・
フォトショップを使った画像処理を
学び、機能を活用して作品づくりを
します。講座の最後には作品の講評
会を行います。またデジタルアート
部門としてコンテストにも出品しま
す。

- 日時 9月23日(日)午前10時～午後4時
- 対象 パソコン経験者で写真の補正・加工について勉強したい方
- 定員 16名
- 参加費 3000円
- 講師 松本明彦さん(写真家)
- 持ち物 写真のデジタルデータ
(カメラのメディアまたはCD-R)。または、プリントした写真を持参。

問

マルチメディア情報センター
TEL39・10000

写真展・太郎山の草花

- 日時 8月17日(金)～30日(木)午前8時30分～午後5時(午後4時30分までに入館してください)。
- 場所 山本鼎記念館1階講習室
- 内容 上田自然に親しむ会より、寄贈された太郎山に咲く植物の写真と調査記録を展示します。5年間調査したものです。
- 入場料 本展のみは無料です。

問 上田市立博物館
TEL22・1274

上小スポレク祭の夏の部・秋の部

◇夏の部
バナナボート、水上パン食い競走ほか、プールを使った各種イベ

ントを依田窪プールの最終営業日(無料開放日)に開催。今シーズン最後のプールを満喫してみませんか(参加費無料)。

- 日時 8月26日(日)午前8時30分～午後1時
- 会場 依田窪プール

◇秋の部

魚のつかみ取り、ニュースポーツ体験ほか、各種レクリエーション開催。青木村伝統芸能の披露なども開催予定(参加費無料)。

- 日時 9月9日(日)午前9時～正午
- 会場 青木村総合グラウンドほか
- 服装 魚のつかみ取りなど川に入るイベントに参加する方は、ぬれてもよい服装をご用意ください。
- 駐車場 青木村運動公園総合グラウンド駐車場、青木村役場駐車場(当日はグラウンドの一部も臨時駐車場とします)。
- 問 実行委員会事務局(上田教育事務所内) TEL25・7176

世界文化遺産講演会

人類の発展を伝える文化遺産を、ユネスコの世界文化遺産に登録する運動が全国で活発となっています。現在、上田市・青木村の住民有志が「信州上田・青木世界遺産登録をめざす市民の会」を立ち上げ、国宝の安楽寺八角三重塔や大法寺三重塔をはじめとする地域の仏教文化財の世界文化遺産登録を目指して活動を始

めました。

その活動の一環として、登録審査を行う日本イコモス国内委員会事務局長・日本ユネスコ協会連盟世界遺産専門委員会委員の矢野和之氏を招いて、世界遺産登録の現状や課題についての講演会が開催されます。

- 日時 8月26日(日)午後1時30分～4時(1時開場)
- 会場 上田創造館
- 入場料 無料
- 問 信州上田・青木世界遺産をめざす市民の会(岡村) TEL38・7512

シンポジウム 響きあう命の力

難病や障害のある方やその家族をはじめ、すべての人々が豊かな生活を送れる社会を目指す「難病・障害児者と関わる人の会」発足を記念し、シンポジウムが開催されます。難病や障害を熟知したカウンセラーがコーディネーターとして参加し、3人の母親が自らの経験を発表するほか、国際的に活躍する和太鼓奏者・佐藤健作さんの記念ライブもあります。

- 日時 8月25日(土)午後2時(1時30分開場)
- 会場 真田公民館(大ホール)
- 入場料 一般/1500円(当日2000円)、学生/1000円、中学生以下/500円(6歳未満

催し

マルチメディアで遊ぼう！学ぼう！

ブログ(ホームページ)を作ってみよう

- 日時 9月2日(日)午後1時30分～4時30分
- 対象 キーボード・マウス操作できる方
- 料金 2,000円
- 定員 16名(要事前申し込み)

EXCEL応用講座4日間コース

関数の使い方やグラフの編集、自動処理の仕方などを学びます。

- 日時 9月15日(土)・22日(土)・29日(土)
10月6日(土)午後1時30分～4時30分
- 対象 基本的な表作成ができる方
- 料金 5,000円(テキスト代別途2,100円)
- 定員 16名(要事前申し込み)

土曜ビデオ鑑賞会

大人も楽しめるビデオ鑑賞会を開催します。

- 日時 毎月第2土曜日午後1時30分～
- 定員 200名
- 料金 無料

メディアランドUEDAビデオ上映会

子どもも大人も楽しめるお話を上映します。

- 日時 毎週日曜日と祝日午後1時30分～
- 定員 200名
- 料金 無料

問 マルチメディア情報センター

TEL39・1000

URL <http://www.umic.jp/>

第10回絵で伝えよう！ わたしの町のたからもの

今年も絵画展を開催します。地域の文化や自然のすばらしさを見つめ直し未来へ引き継ぐ気持ちを育てましょう。

●期日／場所

・11月30日(金)～12月2日(日)／上田文化会館1階展示室

・12月7日(金)～9日(日)／真田公民館

・12月14日(金)～16日(日)／丸子文化会館

●時間 いずれも午前10時～午後4時

なお、表彰式は12月1日午前10時から上田文化会館で行います。

問 事務局(金子) TEL 73・2748

高齢者福祉センター 9月の館内行事

◇童謡、唱歌を楽しむ会

●期日 9月4日(火)

●参加料 歌集代100円

◇健康づくり教室(参加費無料)

●期日 9月14日(金)

◇ヨガ教室(参加費無料)

●期日 9月27日(木)

◇共通事項

●場所 高齢者福祉センター大広間

●時間 午前10時30分～正午

●対象 市内在住の60歳以上の方

問 高齢者福祉センター

TEL 22・4119

講座・教室

Information La Carte

犬のしつけ方教室

●期日 学科講習／9月8日(土)、実技講習／9月15日(土)・29日(土)、10月13日(土)・27日(土)、11月10日(土)

●時間 午後1時30分～3時30分

●場所 9月8日は上田消費生活センター2階、そのほかは上田合同庁舎駐車場

●資格 犬の登録、狂犬病予防注射、他の伝染病予防注射済の1歳未満の飼犬。原則、全日程受講可能の方。

●受講料 5000円

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

●申し込み 9月7日(金)まで

<広告欄>

生命保険Q&A

■死ななくても保険金がもらえる？

死亡保険は、「死亡」ということばの通り、基本的には死亡した場合しかもらえません。(保険を解約したときの払戻金や満期金がある場合の満期金は保険金ではありません。)

意外と知られていませんが、死亡しなくても保険金が受け取れるケースがあります。

それはどのような場合でしょうか？

それは「高度障害状態」になった場合です。

生命保険では死亡した場合のほかに「高度障害状態」になったときにも保険金が受け取れます。

「高度障害状態」というのは、

被保険者が死亡しないまでも、かなり重い障害を負ってしまった状態のこと。

たとえば、病気や障害で永久に目が見えなくなったり、ことばやしゃくの機能を失ってしまったり、、、

高度障害状態になるともらえる保険金は、高度障害保険金

といい、病気などで亡くなった場合の保険金額と同じ額が支払われます。

ただし、保険金を受け取った時点で、保険契約は消滅するのが一般的です。

上田保険相談室
春原重義

〒386-0027 上田市常磐城4-14-14-202
TEL 0268-22-7227 FAX 0268-22-7227
E:mail yoihoken@po12.ueda.ne.jp

講座・教室

子ども文化講座 「わたしの俳優修行」

上田市出身の女優・上沢美咲さん(劇団前進座)を講師に招き、自身が俳優として活躍するまでのお話や、声の出し方、表情、体の動かし方など演劇の基本を学べる楽しい講座です。学校生活やクラブ活動などでの発表、コミュニケーションにも生かれます。



内容は小中学生向けですが、大人の方も歓迎です。保護者や教育関係者、子どもたちの活動を指導・サポートしている方など、ぜひ一緒にご参加ください。

- 日時 9月6日(木)午後3時～
- 場所 中央公民館3階大会議室
- 入場料 無料
- 申し込み 事前に電話で事務局へ。

☎ 上田市文化少年団事務局(市文化振興課内)
TEL23・6361

消費生活教室

悪質商法による被害が多発しています。身近に迫る悪質商法から自身や家族を守るため、確かな「目」を養い賢い消費者になりましょう(受講料無料)。

- 日時 8月27日(月)午後1時30分～3時30分
- 場所 上田合同庁舎講堂
- 演題 「悪質商法の被害にあわないうために」
- 講師 石川正美氏(神奈川大学法学部教授)
- 対象 一般消費者ならどなたでも
- 駐車場 旧一中跡地駐車場をご利用ください。

問

上田消費生活センター
TEL27・8517

第3回みんなで作ろう 手作り絵本講座

- 皆さんが日ごろ思っていること、伝えたいことを絵本にしてみませんか。できることをみんなで作って世界に一つの絵本を作りましょう。信州大学繊維学部感性工学科の学生がサポートしてくれます。
- 日時 9月8日(土)・9日(日)・15日(土)・16日(日)、午後1時～
 - 場所 上田情報ライブラリーセミナー
 - 定員 先着15名(家族で参加の場合は、1家族で1名とします)

第45回信州夏期大学

- 材料費 2500円(材料費)
- 申し込み 上田情報ライブラリーへ8月24日(金)までに。
- 上田情報ライブラリー
TEL29・0210

今年のメインテーマは、「私たちの社会、私たちの地域を考える」地域課題の観点からです。皆さんのご参加をお待ちしています。

日程／内容

- 1日目 8月17日(金)／講座「自然からのメッセージ」動物の目から見た環境問題」
- 2日目 8月24日(金)／講座「子どもの心と体を育てるために」
- 3日目 8月31日(金)／講座「ゆったり湯学」地域に活かす！温泉の力」
- 4日目 9月4日(火)／講座「どうなる日本の政治と経済」
- ※全4回で、いずれも午後7時～。
- 場所 丸子文化会館(小ホール)
- 受講料 1回2000円、全日程5000円
- ※70歳以上の方、障害がある方、高校生以下無料(申し込み時にお申し出ください)。
- その他 手話通訳や託児、無料送迎(丸子地域の方で交通手段のない方や障害がある方のみ)を希望される方は、申し込み時にお申し出ください。

<広告欄>

参考書 用いたまんまで夏過ぎる。

おまかせ! スーパー家庭教師に

信頼のブランド スーパー家庭教師 長野県家庭教師協会

お問合せは 二重丸で オールナンバーワン 上田事務局
0120-00-1111 上田市中央1-6 小林ビル2F ☎0268-241515 長野県家庭教師協会 ウェブ検索

プロ講師が家庭教師 蒼井家庭教師連合 上田

小中生2万円～ 高校生2万8千円～

小中高 全科目

TEL 29-0694 五岳ゼミ 上田駅前教室 1対1・1対3・クラス 【講師募集中】

地図: 上田駅 五岳ゼミ 蒼井家庭教師連合 上田

●受講申込 電話またはFAXで。
※1回だけの受講も可。また会期中も随時受付。

●場所 信州夏期大学運営委員会事務局
(丸子文化会館内)

TEL 42・3147
FAX 42・3148

はつらっ 人生デザイン学講座

生きがいづくりセミナーで、定年前後のシニアを対象にこれからの生き方はどうあるべきかを一緒に学びましょう。

●日時 9月22日(土)、毎週土曜日
全5回、午前10時～11時30分

●場所 中央公民館

●講師 浅倉邦彦氏(長野県健康生きがいづくりアドバイザー協議会)ほか

●受講料 500円(定員30名)

●応募締切 9月18日(火)

●中央公民館 TEL 22・0760

種から育てる 花づくり講習会

パンジー・ビオラの種まきだけでなく、秋まき2年草の種のまき方から冬の越し方、花の咲かせ方まで、実技を交えながらのわかりやすい説明で楽しく学べます。

●日時 8月30日(木)午前9時30分～11時30分

●場所 国分寺史跡公園
●持ち物 市販の「プランターの土」(または「培養土」と、鉢やプランターなどの容器。なお、パンジー・ビオラの種はこちらで用意しますが、自分でまきたい種がある場合は各自でお持ちください。

●申し込み 8月28日(火)までに公園緑地課へ。

●公園緑地課 TEL 23・5134

若者の就職を考える 保護者セミナー

職業や就職に悩みを持つ若者の保護者を対象としたセミナーを開催し、就職を支援します。

●日時 9月22日(土)午後1時30分～4時

●場所 上田市勤労青少年ホーム

●内容 第一部/保護者セミナー「子どもの自立について考えてみませんか」(定員20名)、第二部/個別相談(4名まで)

●対象 職業・就職に悩みを持つ若者の保護者

●受講料 無料(申し込み不要)

●NPO法人ライフワークサポート TEL 0266・53・8433

仕事の基本セミナー ビジネスコース第2回

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。

●日時 9月5日(水)午後6時30分～8時

●場所 上田情報ライブラリー

●内容 もうかる経営の計画をどのように作るか。「経営者の夢を達成するためにいくらか利益が必要か、そのために何をすればよいのか」。

●講師 末広繁和氏(中小企業診断士)

●対象 中小規模事業所、個人事業者、起業家、従業員、個人

●費用 500円(資料代)

●上田情報ライブラリー TEL 29・0210

デジタル録音図書編集 ボランティア養成講座

視覚障害者のためのデジタル録音図書(CDに収めた音声図書)を製作するボランティア養成講座を開催します。まず、事前説明会を開催しますので、関心がある方の参加をお待ちしています。

●日時 事前説明会/10月3日(水)午後1時30分～3時、講習会/10月17日(水)・24日(水)午前10時～午後3時

●場所 上田点字図書館

●参加費 無料

●募集締切 9月28日(金)

●上田点字図書館 TEL 22・1975

<広告欄>

クラーク記念国際高等学校(通信制・単位制)

高校卒業証書 取得から **次のステップ** (就職・進学)

高校からの転入学・編入学・進学・就職を力強くサポート!

進学実績	受付中
信州大学工学部・富山大学理学部・高崎経済大学・帝京大学文学部・東洋大学理学部・長野大学産業社会学部・大阪芸術大学・諏訪大学理学部・長野県立短期大学・長野県立看護専門学校・上田女子短期大学・上田情報ビジネス・その他多数	学校説明会 8月25日(土) 時間 第1回 10:00～11:00 第2回 11:00～12:00 内容 学校概要 在校生による学校紹介 個別相談 転入学 編入学

合計3年間で卒業ができます。お問い合わせください。

TEL 0268-26-5515

〒386-0027 長野県上田市常盤城2-6-4 (JR・しなの鉄道上田駅から徒歩15分)

国際高等学院長野校

天然素材・木力の家具 & 空間設計



http://www.minatoya-kagu.co.jp

〒386-0012 長野県上田市中央6-1-23 (鍛冶町通り)
TEL.0268-24-3710 FAX.0268-22-2289

募集

県営住宅入居者 統一募集

- 募集期間 8月29日(水)～9月7日(金)午前9時～午後5時(期間中土日実施)
- 受付場所 上田合同庁舎内502号会議室(材木町1-2-16)
- 抽選会 9月12日(水)上田合同庁舎講堂
- ※詳細は、8月20日(月)以降に県ホームページでお知らせします。
- TEL 25・7143

市営住宅の入居者募集

市営住宅の入居者を募集します。母子・父子世帯、老人世帯、障害者世帯など、一定要件を満たす世帯は、抽選回数または、倍率が優遇さ

募集

カラダ げんき健康教室

- 日時 9月21日(金)、10月12日(金)、11月9日(金)、12月14日(金)の午前10時30分～11時30分(全4回)
- 場所 上田市役所南庁舎2階(保健センター)
- 内容 ダンベル・チューブを使った貯筋体操やストレッチ、イスや青竹を使った有酸素運動など。
- 対象 20歳以上の上田市民
- 定員 先着30名
- 申し込み 8月20日(月)午前8時30分から受付開始。電話で健康推進課へ。
- 参加費 無料
- 健康推進課 TEL 28・7124

合同歌集「知具麻第二集」 参加者募集

上田短歌懇話会では、4月から「短歌懇話会知具麻」と名称を変更し、

- 募集期間 9月3日(月)に公表(申込書配布も同じ)
- 受付期間 9月3日(月)～14日(金)
- 入居者決定方法 公開抽選
- 抽選 9月26日(水)市民会館2階大会議室
- 申し込み 市役所住宅課、丸子・真田・武石の各地域自治センター市民生活課まで。
- 市住宅課 TEL 22・4100 (内線1547・1548)
- 市民生活課 TEL 42・3287
- 市民生活課 TEL 72・0154
- 市民生活課 TEL 85・2827

レクリエーション卓球 (後期)教室

- 日時 10月5日(平成20年3月14日(月・金)全10回)午後7時30分～9時
- 会場 上田城跡公園第二体育館
- 対象 市内在住・在勤の方(学生を除く)
- 定員 30名
- 参加料 3000円
- 申し込み 8月27日(月)～9月28日(金)の間に受講料を添えて、体育課または丸子総合体育館、真田・武石地域の各教育事務所(体育担当)へ。
- 市体育課 TEL 23・6372

来年初立20周年を迎える記念事業として刊行する合同歌集への作品を広く募集します。

- 対象 上小地区、東御市、坂城町に住む短歌作者
- 応募作品 自作を自選した10首。
- 既発表・未発表は問わない。
- 応募方法 B4の原稿用紙を使用。記入方法についてはお問い合わせください。
- 料金 約2500円(歌集1冊代)
- 応募期限 12月末日
- 〒386-0012 上田市中央3-15-11-905近藤方短歌懇話会知具麻歌稿募集係 TEL 21・9378

<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。

補聴器用空気電池 割引セール

6粒入り1パック 420円

(各サイズ同割引価格) 9/30まで

★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、オーディコン、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。



第56回上田市民総合体育大会

※体育課(TEL23・6375)での参加申し込みは9月3日より受付を開始します。

軟式野球

- 日程 10月27日(土)・28日(日)、11月3日(土)・4日(日)
- 会場 上田城跡公園野球場ほか
- 参加費 6,000円 ●申込期限 10月10日(休)
- 申込方法など 参加料を添えて体育課まで

ソフトボール

- 日程 10月7日(日)・14日(日)
- 会場 諏訪形グラウンド
- 参加費 5,000円 ●申込期限 9月21日(金)
- 申込方法など 参加料を添えて体育課・ソフトボール協会事務局まで

バレーボール

- 日程 11月4日(日)
- 会場 上田城跡公園体育館ほか
- 参加費 3,000円(所定口座振込)
- 申込期限 10月17日(休)
- 申込方法など バレーボール協会事務局
TEL090・4591・1178

ソフトテニス

- 日程 10月7日(日)
- 会場 上田城跡公園テニスコート
- 参加費 中・高生/700円、一般/800円
- 申込期限 9月23日(日)
- 申込方法など ソフトテニス協会事務局まで

テニス

- 日程 ①シングル/10月8日(祝)
②ダブルス/10月21日(日)
- 会場 上田城跡公園テニスコートほか
- 参加費 2,000円
- 申込期限 ①9月30日(日) ②10月14日(日)
- 申込方法など テニスハウスワカツキ TEL23・2317まで

弓道

- 日程 10月8日(祝)
- 会場 上田城跡公園弓道場
- 参加費 なし ●申込期限 当日受付
- 申込方法など 弓道協会事務局 TEL26・2811

柔道

- 日程 10月8日(祝)
- 会場 市内体育館(未定)
- 参加費 個人/500円、チーム/1,000円
- 申込期限 9月21日(金)
- 申込方法など 出田整骨院 TEL25・1347まで

剣道

- 日程 10月6日(土) ●会場 自然運動公園体育館
- 参加費 300円 ●申込期限 9月21日(金)
- 申込方法など 剣道連盟事務局 TEL22・1349まで

バスケットボール

- 日程 10月13日(土)・14日(日)
- 会場 自然運動公園体育館
- 参加費 5,000円 ●申込期限 9月28日(金)
- 申込方法など 参加料を添えて体育課まで

相撲

- 日程 9月30日(日) 受付午前9時～
- 会場 上田城跡公園相撲場
- 参加費 なし ●申込期限 9月21日(金)当日受付可
- 申込方法など 体育課まで 固 090・3145・9650

ゲートボール

- 日程 10月17日(休)
- 会場 古戦場公園多目的グラウンド
- 参加費 1,000円 ●申込期限 9月12日(休)
- 申込方法など ゲートボール協会各理事まで

ゴルフ

- 日程 10月28日(日)
- 会場 グランステージCC丸子コース
- 参加費 2,000円 ●申込期限 10月13日(日)
- 申込方法など 参加料を添えて体育課まで(9月7日より)

マレットゴルフ

- 日程 10月6日(土)
- 会場 塩田の郷マレットゴルフ場
- 参加費 500円 ●申込期限 10月1日(日)
- 申込方法など マレットゴルフ協会役員まで

バドミントン

- 日程 9月16日(日) 社会人の部
- 会場 上田城跡公園体育館ほか
- 参加費 団体/4,000円 個人/2,000円
- 申込期限 9月6日(休)
- 申込方法など バドミントン協会事務局 TEL27・4320まで

卓球

- 日程 10月7日(日) ●会場 上田城跡公園体育館ほか
- 参加費 シングル/400円、ダブルス/800円
- 申込期限 9月20日(休)
- 申込方法など 参加料を添えて体育課もしくは
上田卓球協会(石谷) TEL24・8061

<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

里親になりませんか

親の病気、離婚、家出などの諸事情で家庭で生活できない子どもがいます。

里親制度(養育、短期、親族、専門里親の種類あり)は、児童福祉法に基づき、自分の家庭に迎え入れて養育をお願いするもので、養育費は扶養控除の対象にもなります。

また、児童福祉施設に入所している子どもを週末や正月などに家庭生活体験させていただけるホストファミリーも募集しています。

問 長野県中央児童相談所

TEL 026・228・0441

団体海洋教室 参加者募集

航海訓練船「海王丸」で過ごす教室です。

●日程 10月27日(土)・28日(日)

催し

女子美術大学メディア アート学科公開授業

アニメーション制作やコンピュータグラフィックスなど最新映像技術について学ぶ公開授業を開催します。

●日時 9月8日(土)
午後1時30分～7時

●場所 マルチメディア情報センター

●対象 メディアアートや映像などに興味のある企業や市民、地域の方

●受講料 無料

●内容と日程

①公開授業

講義1(午後1時45分～3時)
「アニメーションを作る(創る)ということ」/講師 大井文雄氏(アニメーション作家)

講義2(午後3時15分～4時30分)

「コンピュータグラフィックス最前線～アメリカSIGGRAPH2007レポート～」/講師 為ヶ谷秀一氏(女子美術大学大学院美術研究科教授)

②交流会(午後5時～7時)

・講義参加者と先生・学生とのバーベキュー(参加費500円)

③進路相談会(午後2時～5時)

・入学希望者対象の進学相談会
・女子美術大学のアート活動展示

問 マルチメディア情報センター
TEL39・1000

●場所 富山県新湊市富山新港

●募集人数 子ども40名(先着順定員になり次第締め切り)

●対象 市内在住小学4年生以上、中学3年生以下の男女

●参加費 3000円

●募集期間 9月1日(土)～30日(日)

※10月上旬、参加者決定を通知し、説明会を14日(日)午後1時30分～2時30分に上田駅前ビル・パレオ5階会議室で行います。

問 上田ユネスコ協会

TEL 24・8370

壁装(クロス)・室内施工 講習受講生募集

雇用・就業を希望される高齢者の就業機会の拡大につなげることを目的とした講座です。

●講習期間 9月26日(水)～10月12日(金)のうち10日間

●対象者 開講日現在57歳以上68歳

以下で働く意欲のある方

●定員 24名(応募者多数の場合は抽選)、受講料無料

●講習会場 上小高等職業訓練校

●申し込み 9月4日(火)までにシルバー人材センターまたは、ハローワーク上田(TEL23・8609)へ。

問 (社)上田地域シルバー人材センター

TEL 23・6002

信州真田六文銭太鼓の 太鼓教室参加者を募集

●日時 9月3・10・17・24日、10月1・8・15・22・29日、毎週月曜日の午後7時～8時30分

●場所 真田福祉センター1講堂

●対象 小学1年生程度から

●内容 基礎練習とオリジナル曲の練習(持ち物/運動靴)

●参加費 1000円

問 信州真田六文銭太鼓保存会(小林)
TEL 090・9665・2249

<広告欄>

医療法人三折堂

宮下 医院

神経内科・内科・胃腸科

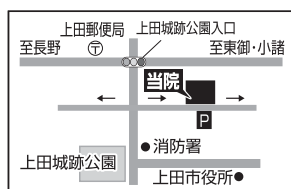
〒386-0023 長野県上田市中央西1-15-12

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

売却します

問 市 公有財産管理課(上田市土地開発公社)
TEL22・4100(内線1701・1702)

上田市土地開発公社宅地造成地及び市有財産

①公募によりお売りする物件(上田市土地開発公社宅地造成地)

物件番号	名称	所在	種別	売却予定面積	分譲価格	備考
19-5-1	染屋住宅第1区画	上田市古里字大畑2001-1ほか	宅地	230㎡(70坪)	12,117,000円	下水道負担金別途負担
19-5-2	染屋住宅第2区画		宅地	218㎡(66坪)	11,465,000円	〃
19-5-3	染屋住宅第3区画		宅地	216㎡(65坪)	11,367,000円	〃
19-5-4	染屋住宅第4区画		宅地	217㎡(65坪)	11,416,000円	〃
19-5-5	染屋住宅第5区画		宅地	221㎡(67坪)	11,581,000円	〃
19-5-6	染屋住宅第6区画		宅地	215㎡(65坪)	11,673,000円	〃

●申込期間 8月23日(木)～9月6日(木) ●申込場所 上田市役所西庁舎公有財産管理課

●抽選日 9月13日(木)午後2時～ ●抽選場所 上田市役所南庁舎第3・4会議室

○申し込み多数の場合は抽選を行います。

②競争入札によりお売りする物件(市有財産)

物件番号	所在地	種別	売却予定面積	備考
19-2-1	上田市塩川2715-4 ほか	宅地・建物	542㎡(164坪)	旧石井教員住宅
19-2-2	上田市生田3203-1	宅地・建物	189㎡(57坪)	旧茂沢厚生住宅

○市があらかじめ設定した「予定価格」以上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%)が必要となります。

○測量等の結果により面積が若干変動する場合があります。

●申込期間 8月23日(木)～9月6日(木)

●申込場所 上田市役所西庁舎公有財産管理課または丸子地域自治センター地域振興課

●入札日 9月13日(木)午後3時～ ●入札場所 上田市役所南庁舎第3・4会議室

※各物件の詳しい情報及び申請書は、公有財産管理課または丸子地域自治センター地域振興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。

<広告欄>

ビューティステーション セイビア 美の救世主



心も身体も癒す極上のリラクゼーションを…

美療体験
3,500円 (税別)
※お電話にてご予約下さい。

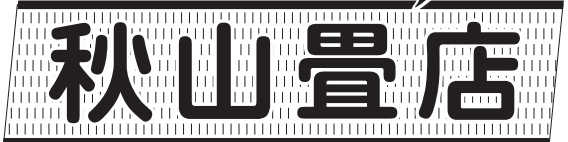
新美療術 **DIG** が誕生致しました!!
アーユルヴェーダメディカルオイル(Very.O)を使用した、セイビアの最新技術です!! リウマチ・コリ・体の痛みをとり、若返りetc多くの効果が実感できます。

エステティックサロン
セイビア上田店
☎0268-28-8077

■上田市中条65-1 ■定休日/日曜日・祝日
■営業時間/AM11:00～PM9:00
★ご予約、お問い合わせ、ご相談何でも結構です。
お気軽にお電話ください。

畳一筋に創業100年!!

畳の御用命はお早めに 年中無休



上田市中央5-4-1(下房山)
TEL・FAX (0268) 22-3655

有料広告掲載のお問い合わせは、上田市秘書課(☎22・3435)または有限会社トミー企画(☎23・1706)へ。

アクアプラザ上田 TEL26・2626

水泳教室

8月24日(金)から30日(木)までの間に、来館して所定の用紙でお申し込みください。ベビー教室の対象年齢は平成19年9月1日現在で、定員を超えた場合は抽選。各教室とも全10回。参加料のほかに別途入館料(一般750円、60歳以上500円)が必要です。

◎初心者水なれ

日程◆9月3日(月)～12月10日(月)13:00～13:50
定員◆10名 参加料◆1,700円

◎ベビースイミング0歳児(6か月～1歳未満)

日程◆9月21日(金)～12月14日(金)12:00～12:30
定員◆25組 参加料◆1,400円

◎ベビースイミング1歳児(1歳～2歳未満)

(火曜日・水曜日コース)
日程◆9月18日(火)～12月4日(火)11:00～11:50
◆9月19日(水)～12月12日(水)11:00～11:50
定員◆各25組 参加料◆1,400円

◎ベビースイミング2歳児(2歳～3歳未満)

日程◆9月18日(火)～12月4日(火)12:00～12:50
定員◆25組 参加料◆1,400円

◎ベビースイミング3歳児(3歳～4歳未満)

日程◆9月19日(水)～12月12日(水)12:00～12:50
定員◆25組 参加料◆1,400円

feelヨーガ教室(全12回)

8月28日(火)から来館してお申し込みください(先着順)。参加料のほかに別途入館料(入浴券300円。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)が必要です。

日程◆9月10日(月)～12月10日(月)11:00～12:00
◆9月11日(火)～12月11日(火)14:00～15:00
◆9月14日(金)～12月14日(金)19:00～20:00
◆9月15日(土)～12月15日(土)18:00～19:00

定員◆各15名(実施人数に満たない教室は中止)
参加料◆6,300円

※10月に臨時休館中があります。その間、教室はありません。

上田創造館 TEL23・1111

きり絵教室

日時◆9月5日(水)・19日(水)9:30～11:30

定員◆15名(先着順)

参加費◆1,000円

申し込み◆8月31日(金)までに電話またはFAXで。

ステンシルで蔵書票をつくろう

日時◆9月6日(木)10:00～16:30

定員◆15名(先着順)

参加費◆300円

申し込み◆8月31日(金)までに電話またはFAXで。

星空観望会

日時◆9月8日(土)19:00～21:00

内容◆南の空の「夏の大三角」や南西の空に輝く木星などを観察します。雨天・曇天は中止。

※どなたでも参加可。直接会場へ集合。

モーターを使って工作しよう

日時◆9月15日(土)9:30～11:30

内容◆小さな動くトラックを作ります。

対象◆小中学生とその保護者(先着20名)

参加費◆無料

申し込み◆9月12日(水)までに電話またはFAXで。

おりがみ教室「連鶴を折ろう」

日時◆9月15日(土)10:00～12:00

参加費◆300円

持ち物◆作品を入れる袋

第52回日本水彩画会上田支部展

日時◆9月16日(日)～23日(日)

9:00～16:30(最終日は16:00まで)

内容◆地域で活躍する愛好者の方々の作品を展示。

入場料◆無料

上田創造館利用文化団体作品発表展示会

日時◆9月21日(金)～24日(月)

10:00～16:30

第16回春陽会東北信絵画展

日時◆9月25日(火)～30日(日)

9:00～16:30(最終日は16:00まで)

内容◆春陽会東北信会員による絵画作品を展示。

入場料◆無料

こんにちはボランティアセンターです⑬

問 武石ボランティア地域活動センター TEL85・2466



1982年より、徳寿荘にて施設奉仕活動を開始して、もうすぐ1,000回を迎えようとしています。いつも4～5名で組になり洗濯物たたみに伺っていますが、いずみ会の方々も、とても楽しそうにお話をしながら、たたむ作業をされています。作業が済んでから施設利用者さんへの訪問も楽しみのようです。いずみ会施設奉仕チームは、いずみ会創設から活躍されて1か月に1回が、毎週土曜日となりましたが今は1か月に2回伺っています。いずみ会の方は、「手と口が動くかぎり続けていきたい。1日作業ができることがとてもうれしい。いつまでできるかな、と思いながら1,000回を楽しみに頑張っています」と話してくれました。

いずみ会施設奉仕チーム

9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
問 社協(上田地区センター) TEL27・8080
- ▷ 8日(土)・18日(火)・28日(金)9:00～12:00
/丸子ふれあいステーション
問 社協(丸子地区センター) TEL42・0033
- ▷ 25日(火)9:00～12:00/真田総合福祉センター
問 社協(真田地区センター) TEL72・2998
- ▷ 10日(月)9:00～12:00/武石老人福祉センター
問 社協(武石地区センター) TEL85・2466

人権相談

- ▷ 5日(火)13:00～16:00/市民プラザ・ゆう
問 市人権男女共同参画課 TEL23・5393
- ▷ 25日(火)9:00～12:00/真田総合福祉センター
問 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
問 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)
問 市生活環境課 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〉
- ▷ 13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〉
問 市民プラザ・ゆう TEL27・3123

こころの相談〈要予約〉

- ▷ 12日(火)9:30～11:30/上田市役所(南庁舎)
問 市健康推進課 TEL28・7123

ひきこもり相談

- ▷ 3日(月)・18日(火)13:30～16:00
/勤労青少年ホーム
問 市健康推進課 TEL28・7123

わが子の就職等相談会〈要予約〉

- ▷ 25日(火)13:30～16:30/勤労青少年ホーム
問 市勤労青少年ホーム TEL22・7117

若者のための仕事何でも相談〈要予約〉

- ▷ 27日(木)13:30～16:30
/駅前ビルパレオ 6階職業相談室
問 市商工課 TEL23・5395



中小企業診断士による無料経営相談(要予約)

- ▷ 12日(火)18:30～20:00
/上田情報ライブラリー相談室
問 上田情報ライブラリー TEL29・0210



法律・行政

法律相談〈要予約〉

- ▷ 14日(金)・28日(金)13:00～16:00
/上田市役所(南庁舎)
問 市生活環境課 TEL23・5120
- ▷ 19日(火)9:00～11:30/丸子地域自治センター
問 市市民生活課 TEL42・1216
- ▷ 15日(土)10:00～12:00/ふれあい福祉センター
問 社協(上田地区センター) TEL27・8080
- ▷ 19日(火)10:30～12:00/上田商工会議所
問 上田商工会議所 TEL22・4500

行政相談

- ▷ 11日(火)10:00～15:00/南庁舎 6階真田の間
問 市生活環境課 TEL23・5120
- ▷ 19日(火)9:00～11:30/丸子地域自治センター
問 市市民生活課 TEL42・1216
- ▷ 25日(火)9:00～12:00/真田総合福祉センター
問 社協(真田地区センター) TEL72・2998

土地建物・不動産鑑定相談

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

登記法律相談〈要予約〉

- ▷ 19日(火)9:00～11:30/丸子地域自治センター
問 市市民生活課 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)
問 市子育て・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
問 教育相談所 TEL27・0241

介護なんでも相談

- ▷ 20日(木)9:00～17:00/上田市役所(南庁舎)
問 市高齢者介護課 TEL23・5140

もの忘れ・認知症相談

- ▷ 5日(火)13:10～17:00/上田市役所(南庁舎)
- ▷ 12日(火)13:10～17:00/丸子ふれあいステーション
- ▷ 27日(木)13:10～17:00/真田地域自治センター
問 市高齢者介護課 TEL23・5140

紹介しているもの以外にも多くの不用品が登録されています。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。

問 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

ジュニアシート(背もたれなし)/ベビーベッド/ウィンドエアコン/自転車(女子用20インチ)/小型ガスストーブ/木製シングルベッド/回転式収納ハンガー/プレハブ物置(小坪)/腹話術の人形

●ゆずってください

歩行器/炊飯器/冷蔵庫/CDラジカセ/パソコン/自転車(幼児用・大人用)/二段ベッド/電動ベッド/スーツケース/足踏みミシン/古語辞典/電動ミシン/エアロバイク/蒔種機/農機具/食卓セット/ゴーグル(小4男子用)/弓道用具(男性用・女性用)/電子ピアノ/オルガン/キーボード

資源回収年間カレンダー

各戸配布している「平成19年版資源回収年間カレンダー」の8月第4週のウィークエンドリサイクルの実施日が、8月26日(土)となっていますが、正しくは8月25日(土)です。訂正し、おわびします。

ウィークエンドリサイクル

時間 午前10～12時

9/1 ツルヤ上田山口店・マツヤ上田川西店

9/15 やおふく古里店・Aコープコア塩田店

9/8 西友秋和店・西友三好町店

9/22 西友上田東店・しおだ野SPセンター

不用品交換情報



丸子保健センターの続き

●受付時間 10:00～10:30

健康相談	実施日	対象者
お誕生相談	9月13日(木)	平成18年8・9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	会場	対象者
BCG	9月5日(水)	丸子保健センター	平成19年5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 13:15～13:40 ベビー相談・お誕生相談／9:00～9:30

●持ち物 バスタオル、母子健康手帳、赤ちゃん手帳の間診票

健康診査	実施日	対象者
ベビー相談	9月7日(金)	平成19年6・7月生
乳児整形外科健診 離乳食教室	9月5日(水)	平成19年4～6月生
4か月児健診	9月21日(金)	平成19年5月生
7か月児相談	9月21日(金)	平成19年2月生
10か月児健診	9月21日(金)	平成18年11月生
お誕生相談	9月14日(金)	平成18年7～9月生



◇予防接種◇

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

種別	実施日	会場	対象者
BCG	9月28日(金)	真田保健センター	平成19年5・6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 乳幼児健診 4か月・10か月健診／13:00～13:15 1歳半・3歳健診／13:30～13:45

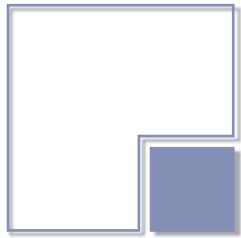
●持ち物 母子健康手帳、該当する健康診査票〈おたずね〉、3歳児／尿検査

健康診査	実施日	対象者
乳幼児健診	9月27日(木)	4か月／平成19年4月27日～6月27日生
		10か月／平成18年10月27日～12月27日生
		1歳半／平成18年1・2月生
		3歳／平成16年8・9月生

●受付時間 9:30～9:40 ●持ち物 母子健康手帳

教室名	実施日	対象者
離乳食教室(後期)	9月5日(水)	平成18年9～11月生

※詳しいことは年間予定表をご覧ください。



9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	9月13日(木)	平成19年4月16日～30日生
	9月26日(木)	平成19年5月1日～15日生
1歳6か月児健診	9月5日(水)	平成18年2月16日～28日生
	9月19日(水)	平成18年3月1日～15日生
2歳児歯科健診 (旧2歳児教室)	9月6日(木)	平成17年6月1日～15日生
	9月20日(木)	平成17年6月16日～30日生
3歳児健診	9月7日(金)	平成16年8月1日～15日生
	9月21日(金)	平成16年8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	9月28日(金)	平成19年4月16日～5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	9月4日(火)	平成18年1月16日～3月15日生

塩田・川西地区の2歳児歯科健診(対象者：平成17年7月1日～8月31日生)、3歳児健診(対象者：平成16年8月1日～9月30日生)は10月に行います。

市内委託医療機関

個別10か月児健診	9月受診／完全予約制	平成18年10月16日～11月15日生
-----------	------------	---------------------

※もぐもぐ教室(7か月ごろの離乳食教室)、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本はえたとの親子)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	9月14日(金)	中央公民館	・平成19年5月生 ・生後3～6か月未満でBCG未接種児
	9月27日(木)	川辺町会館	

◆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◇

●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

●受付時間 13:00～13:15、3歳児健診／13:00～13:30

健康診査	実施日	対象者
4か月児健診	9月7日(金)	平成19年4月9日～5月7日生
10か月児健診	9月28日(金)	平成18年11月生
1歳6か月児健診	9月14日(金)	平成18年3月1日～28日生
3歳児健診	9月21日(金)	平成16年6月24日～7月31日生

9

月の行事予定

EVENTNAVI

期日	行事名	問い合わせ先
	子どもの悩みごと相談所	上田人権擁護委員協議会 TEL23・2001
1日土	本のリサイクル市(1・2日)	丸子金子図書館 TEL42・2414
	上田市文化講演会「いよいよ、人間らしく 生きるときがやって来た！」	市文化振興課 TEL23・6361
2日日	萩見の茶会	武石ともしび博物館 TEL85・2474
3日月	市議会9月定例会(招集日)	市議会事務局 TEL22・0452
4日火	平成19年度点訳者入門講座第2回	点字図書館 TEL22・1975
6日木	子ども文化講座「わたしの俳優修行」	市文化振興課 TEL23・6361
	巡回労働相談	市産業観光課 TEL42・1047
8日土	観光トレッキングツアー	上田地域広域連合 TEL43・8818
	第3回みんなで作ろう手作り絵本講座 (8・9・15・16日)	上田情報ライブラリー TEL29・0210
9日日	第2回武石ゴルフ大会	武石地域教育事務所 TEL85・2030
	上小スポーツレクリエーション祭'07秋の部	市体育課 TEL23・6372
20日木	平成19年度第6回丸子地域協議会	市地域振興課 TEL42・1041
21日金	カラダ・げんき健康教室(全4回)	市健康推進課 TEL28・7124
	はつらつ人生デザイン学講座	中央公民館 TEL22・0760
22日土	美ヶ原高原ササ刈りボランティア	市観光課 TEL23・5408
	うえだぐるっと探検(丸子・武石地域編)	市秘書課 TEL22・3435
	第5回別所線沿線写真撮影会	マルチメディア情報センター TEL39・1000
23日日	別所線沿線写真 デジタル写真加工講座&作品講評会	マルチメディア情報センター TEL39・1000
30日日	男女共同参画市民フェスティバル	市人権男女共同参画課 TEL23・5393

CONTENTS

主な内容

- 1 古戦場マラソン大会参加者募集
- 2 第2回上田市総合防災訓練
- 3 地域防災計画、国民保護計画
- 4 情報あ・ら・かると
- 5 公有財産売却
- 6 各施設イベント紹介
ボランティアセンター
- 7 9月の相談コーナー
不用品交換情報
- 8 9月の乳幼児健康診査・予防接種
- 9 イベント・ナビ



上田市
携帯サイト