# 広報うえだ

Public Relations

2010 11.1

No.111

CONTENTS


2　特集　夢に向かって
10　情報ぴっくあっぷ
12　情報あ・ら・かると
17　キラリ☆輝くこどもたち！
19　上田の百選
21　情熱地域
22　四ツ葉スケッチ
24　読者通信


表紙の説明は12ページ

特集

# 夢に向かって

## 上田城復元プロジェクト

上田のシンボルといえば、上田城を思い浮かべる方も多いでしょう。
上田城には、今は三つの櫓（やぐら）がありますが、
江戸時代までは七つの櫓がありました。
この櫓の復元を含めて市では、
史跡上田城跡整備実施計画を立て
計画的に整備を行ってきました。
しかし、櫓の復元には、史実に基づいた
正確な過去の姿を知る必要があります。
今回、なぜ上田城の櫓が失われたのかなど、
その歴史や復元に向けた市民の声を紹介しながら、
上田城の復元という夢に向けた取り組みを紹介します。

①

②

③

①春の上田城。千本桜まつりには多くの人でにぎわう。
②秋に櫓下の芝生広場から見る南櫓と西櫓（左）。
③冬の本丸内側から見る櫓門と南櫓。本丸内には真田神社がある。

# 上田城の歴史

上田城は、荒廃していた時期など、幾多の変遷をたどり、現在の姿を見せています。そうした上田城の歴史をたどります。

真田父子上田籠城図。第二次上田合戦の様子を描いた明治初期の錦絵。（上田市立博物館所蔵）

## 真田氏の築城から江戸時代までの上田城

春の千本桜まつりや、秋のけやき並木紅葉まつりには、多くの観光客や市民でにぎわう上田城。また、年間を通じて多くの市民の憩いの場となっています。

そして、NHKのテレビ番組では、お城ファンが選んだ「好きな城ベスト10」で、1位に選ばれたほど全国的にも人気のあるお城です。こうした人気の理由の一つには、最初に築城した真田氏の人気が高いことによる部分が大きいといわれています。

その真田氏の築城から、歴史をたどってみたいと思います。お話を伺ったのは、上田市文化財保護審議会の櫻井松夫会長です。

真田昌幸が上田城を築き始めたのは、天正11年（1583）のことです。当時は、更埴地方までが越後の上杉景勝の勢力下で、佐久郡までが徳川家康の勢力下でした。家康に臣属していた昌幸は、家康の援助を受けて上田城の築城を始めます。

しかし、豊臣秀吉に対して背後を固めるため、小田原の北条氏直と手を組もうとする徳川家康から、上州沼田領を北条方に譲るように命じられた昌幸は、これを拒絶します。これにより、徳川と断交した昌幸は、徳川軍の攻撃に備え、次男・幸村を上杉方に被官（家来）として差し出し、上杉景勝に援助を求めます。

そして、天正13年（1585）8月に徳川軍が7000人余の大軍で、上田城を攻撃します。しかし昌幸は巧みな戦略を用いて、わずか2000人足らずでこれを撃退します。この第一次上田合戦に際しては、上田城の普請が上杉方の多くの武将を動員して行われています。そして、天正13年の9月に、上田城は一応の完成をみます。徳川からも上杉からも境目の城であったことから援助を受け、わずか2年半程で完成した上田城ですが、櫻井さんは「真田はどうしたら残れるか悩み、苦しい中で誕生した上田城だった」といいます。

この後は、豊臣秀吉が天下を統一し、しばらく動乱は治まりますが、慶長5年（1600）に関ケ原の戦いが起こります。秀吉没後の覇権を、徳川家康と石田三成が争ったこの戦いで、昌幸と次男の幸村は石田方に、長男の信之は徳川方について戦うことになります。

石田方についた昌幸と幸村は、上田城に立てこもり、東山道を西上する徳川秀忠軍3万8000人に対して、わずか2500人で籠城戦を行います。

**櫻井松夫さん**
（さくらい・まつお）
上田市文化財保護審議会の会長。
東信史学会副会長も務める。

**真田はどうしたら残れるか悩み、苦しい中で上田城は誕生。**

上田城の歴史

明治時代の写真。現在の櫓門と南北櫓の建つ場所に櫓がなく、奥に見えるのが西櫓。

大正末から昭和２年ころと推定される二の丸橋の工事写真。右側に見える門が刑務所。左に見える屋根は上田市公会堂。

明治後期から大正初期の西櫓の写真。仙石氏の時代から移動していないのは、西櫓のみ。

# 徳川に接収され、廃城となった城を仙石氏が復興。そして、明治維新後には払い下げに。

この第二次上田合戦では、徳川秀忠軍は、7日間上田に釘(くぎ)づけとなり、関ケ原での石田三成との決戦に間に合わず、家康の激怒をかっています。しかし関ケ原の戦いは、石田方の敗北に終わり、昌幸と幸村は、和歌山県の九度山へ幽閉されます。

そして、「ここで、上田城は一度破壊されます」と櫻井さんはいいます。徳川方に接収された上田城は、「堀を埋めて、塀を壊した」そうで、櫓(やぐら)などの建物はいうまでもなく壊され、廃城となりました。その後、上田領を家康から与えられた長男の信之が引き継ぐことになります。

信之は廃城となった城の中心部を避けて、現在の上田高校の位置に屋敷をかまえて藩政を行います。この屋敷は、後に上田藩主となる仙石氏、松平氏も引き続き藩主邸とします。「上田城が戦いのために存在したのは、関ケ原まで」と櫻井さん。

こうして、まったくの廃城となっていた上田城ですが、元和８年（1622）に幕命により、真田信之が松代へ領地替えとなり、仙石忠政が小諸から新領主として上田に入ります。

そして、幕府の許可を得て、寛永3年（1626）より上田城の復興に取り掛かります。忠政は、埋め立てられていた堀を再び堀り上げ、石垣を積み、櫓を再建します。そして、本丸の土居（土塁）や石垣の上に櫓と塀ができて、明治維新まで続く上田城の姿が復興されます。その後、宝永3年（1706）に上田城主は、仙石氏から松平氏へと交代し、明治維新までの160年余の間、松平氏が治めます。その間に何度か修復工事は行われていますが、ほとんどが小規模な修復工事です。

明治の廃城前の上田城は、松・杉の大木や竹がうっそうと生い茂る場所で、建物は櫓や土蔵くらいしかなく、城の番人が見回るのみの状況でした。こうしたことから、格好の鳥のねぐらであったことが分かる古文書が残っているそうで、「使われないシンボルであり、家のない別庭園のようなものだった」と櫻井さん。平和な時代に、無用の長物となっていた上田城の姿がうかがえます。

## 明治・大正・昭和へと激動の時代の上田城

明治維新後の明治４～６年までは、上田城は陸軍の東京鎮台上田分営となりますが、この廃止に併い明治7年に上田城は、払い下げとなります。明治6年12月に作成された払い下げに関する資料では、本丸にあった櫓の払い下げ予定価格は、1棟12円50銭でした。しかし、入札価格はこれに達しないで、1棟わずか6円で分売されたと伝えられます。こうして、現在も残る西櫓1棟を残して、他の櫓は払い下げられてしまいます。そして、「個人の家に行った建物は、そのままの形ではなくなったものが多い」そうです。

この状況について櫻井さんは、「封建制度の象徴を壊したいということと、農民一揆(いっき)のような民衆の集まる目標に、城がなることを恐れたので

# 市民の寄付で復元された南北櫓

歴史

エピソード

明治の廃藩後、国に接収されていた上田城は、明治７年に本丸・二の丸の土地・建物・樹木まで一切が払い下げとなります。

払い下げとなった櫓のうち２基は、明治11年に街の外に移築され、金秋楼と万豊楼という遊女屋として使われます。封建支配体制の権威のシンボルが、遊女屋になるという極端な時代の転換を象徴するエピソードです。大正末年から昭和初年ごろのその様子は、両楼合わせて部屋数は14くらいで、娼妓が14・15人、芸者や仲居を含めると総勢22・23人が働いていたといわれます。

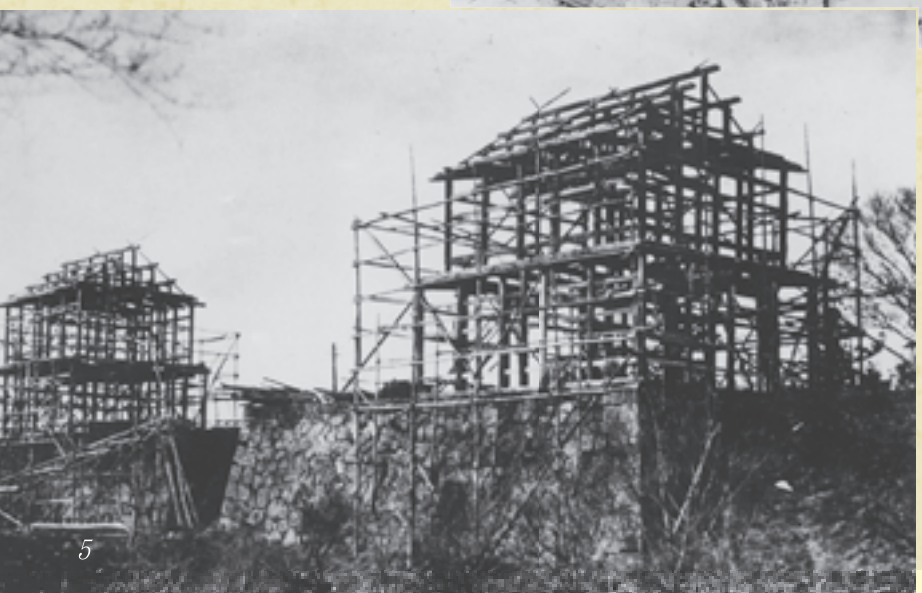
遊女屋は昭和４・５年ころに廃業され、その後、持ち主から上田市への寄贈の申し出もありましたが、移築に多額の費用を要することから、そのままとなります。しかし、昭和16年にこの二つの櫓が東京の高級料亭に転売されるという話が進み、このことが新聞紙上に掲載されると、市民の間から「上田城櫓がよそへ移されるのは忍び難い、買い戻して元の城跡に復元したい」という声が上がります。

そして、翌17年に浅井敬吾市長を会長、上田商工会議所副会頭であった飯島新三郎氏を副会長兼建築委員長とし、市議・区長・有識者などからなる上田城保存会が結成されます。保存会は同年２月10日に、銀行からの借入金で櫓を1,800円で買い取ります。この買収費や移築費を含めてすべての経費を寄付金で賄う計画が立てられます。移転のための解体は、昭和18年に着手し、翌19年３月に上棟式を迎えますが、この後、太平洋戦争の戦局が厳しさを増したことから工事は中断されます。

上田城櫓再建工事は約４年間中断されますが、昭和23年６月に再発足した上田城跡保存会により、募金活動が再開されます。そして、昭和24年６月11日に落成式が行われ、現在の南北櫓の復元が完成します。最終的に集まった寄付金は、73万9,300円。

太平洋戦争から終戦後の混乱期に市民の熱意で復元されたのが、本丸入口の両脇に立つ現在の南北櫓でした。

右は払い下げとなった櫓が使われた遊女屋。下は再建工事中の南北櫓。



はないか」といいます。また、「この払い下げで驚くのは、木の多さ」と櫻井さん。人の目の高さの位置で、周囲75cm以上、太いものは270cmにも及ぶ松と杉、合計950本が払い下げの対象になっています。このことからも、少なくとも江戸時代中期以降の上田城内は、木々の生い茂るうっそうとした場所であったことが分かります。

その後、明治12年に本丸内に松平神社（現・真田神社）をつくり、残りの地を公園として城址を保存しようという声が起こります。これにより、本丸の大部分を所有していた丸山平八郎氏が、まず南側の地を神社用に、ついで明治18年に残りの地を公園用に寄付します。これが上田城の公園化への第一歩になります。

二の丸については、大部分が桑畑になっていましたが、明治18年に東側の現市立博物館のあたりに、高い土塀をめぐらした刑務所ができます。「当時は刑務所のトイレをそのまま現在の堀に流していた状態」と櫻井さんはいいます。その後、大正12年には現市民会館の地に上田市公会堂が建設され、同13年から昭和３年にかけて、上田市により二の丸の地の買い上げが進められ、刑務所も移転します。これと並行して児童遊技場、庭球場、野球場、陸上競技場などの設置が進められ、本丸・二の丸のほぼ全域が市民公園として整備され現在に至ります。

特集 夢に向かって

# 市民の思い

上田城の櫓の復元に向けた活動をする方、復元への寄付をした方、
郷土の歴史を研究する高校生に上田城について聞きました。

Interview

特集 夢に向かって

## 史跡なので、史実に基づいて本物にしなければいけないと思う。

**尾澤英夫さん**
（おざわ・ひでお）
上田・城下町活性会の副幹事長。市の史跡上田城跡整備実施計画検討委員会の委員も務める。

上田城を中心とした観光文化の振興を図ることを目的に、企業や団体、個人を会員に活動しているのが、上田・城下町活性会です。その副幹事長の尾澤英夫さんに、お話を伺いました。

上田・城下町活性会は元々、現在の櫓門の復元を目指して発足した会で、櫓門の復元後も、上田城の七つの櫓のうち、残り四つの復元などを目指して活動を続けているそうです。ただし、復元ということになれば、多額の費用が必要で、「いざ出陣のときまでは、こっこっと勉強をしている」といいます。ここでいう出陣とは、寄付集めのことです。

会では毎年、城下町の町名や歴史などが書かれた高札めぐりを開催しているそうです。この高札は上田・城下町活性会がつくったもので、24か所あります。高札を巡りながらクイズを解き、問題を解くとスタンプを押して次に進むもので、クイズの正解数と、巡る早さで順位を決めます。賞品は、真田十勇士や歴史に関係あるものを用意しているそうです。「地元の子どもに旧町名に関心を持ってもらったり、歴史を知って欲しいですね」と尾澤さん。またクイズでは、「上田城主は、松平氏の時代が長いことなど、歴史を正しく伝えている」といいます。

会では、県外などへの研修も行っていて、城の堀でもある川を観光に生かしている城下町や、寺を観光に生かしている町など、テーマを決めて視察しているそうです。そこで、現地講師の話を聞いて、街づくりなどの課題を検討しているそうです。また、会の新聞を発行したり、ホームページを公開したりしています。

上田城の櫓の復元について尾澤さんは、「国の史跡なので、城址内は史実に基づいて本物にしなければいけないと思う」といいます。城下町の活性化ということでは、「例えば、矢出沢川や、蛭沢川の護岸に十勇士のレリーフを付けるとか、水や寺を生かしては…」と。また、「歩いて巡れる観光資源があるのだから、楽しく街中を散策できる経路をいろいろな団体や町の方々と協力して作れれば良いのでは」と話してくれました。

生まれ故郷や、応援したいと思う自治体へ寄付をすると税金の控除が受けられる、ふるさと寄附金制度。この制度で、上田市が寄付を募る事業の一つが「夢に向かって！上田城復元プロジェクト」です。今年この事業に、寄付していただいた団体の一つが燦友会です。会長の柳澤文哉さんにお話を伺いました。

燦友会は、上田市や東御市の会社経営者などでつくる異業種の交流会。平成9年に発足し、会員は40名程。「千本桜まつりに参加したり、上田市を盛り上げようという会」だ

平成６年に復元された櫓門の復元工事の様子。

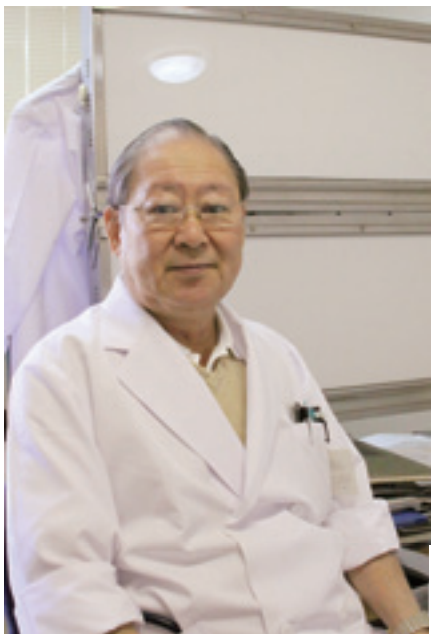
そうです。

寄付金は、今年の上田城千本桜まつりで、市章入りのバッジ付き帽子を販売したお金で、帽子は市内の閉鎖した帽子製造工場の倉庫にあったものを譲り受けたものだということです。まつり期間中は、「会員の奥さんにも手伝ってもらって、交代で販売しました。観光客などに非常に評判が良かった」と柳澤さん。

上田城の復元については、「訪れた人が休憩したり、楽しめるようなことも考えて欲しい」ということで、熊本城などは、市民の協力で忍者の服装をした人が楽しませている例もあるそうです。

「公園には地図を持って歩いている人がいっぱいいます。櫓を復元するだけでなく、中で何か展示するなど、来た人の足を止めさせるようなことも考えて欲しい」と話してくれました。

## 櫓を復元するだけでなく、来た人の足を止めさせることも考えてほしい。



**柳澤文哉さん**
（やなぎさわ・ふみちか）
市が寄付を募る上田城復元プロジェクトに寄付をした、異業種交流会「燦友会」の会長。

## 上田城は人気があるし、櫓を元に戻すのはいいことだと思う。

**相馬佑美さん**
（そうま・ゆみ）
上田高校の郷土班に所属。昨年は、藩主屋敷跡の発掘にも参加した。

**明**治初期の上田の歴史を研究し、報告集をまとめた上田高校の郷土班。研究報告集「１８６９年（明治２年）イギリス公使館員が見た蚕都（さんと）上田」を発行し、文化祭などで配布しました。

同班の相馬佑美さんは、外交官のフランシス・オッティウェル・アダムズにより書かれた、製糸や蚕種に関する群馬・長野・山梨への視察報告書から、上田の様子を知る研究に携わりました。横浜開港資料館に残る英文の資料の翻訳や、年表の作成を行ったそうです。

顧問の祢津宗伸（ねつむねのぶ）先生によると、「アダムズは１８７０年にも上田を訪れ、画家を同行させていました。その際、長久保宿（現・長和町）を描かせた絵はありますが、上田の絵は見つかっていません。後年、上田を訪れた同僚のアーネスト・サトウも写真師を連れて来た可能性は低い」とのこと。

今回の研究の中には、上田城が払い下げになる直前の様子をひも解く資料はなかったようです。

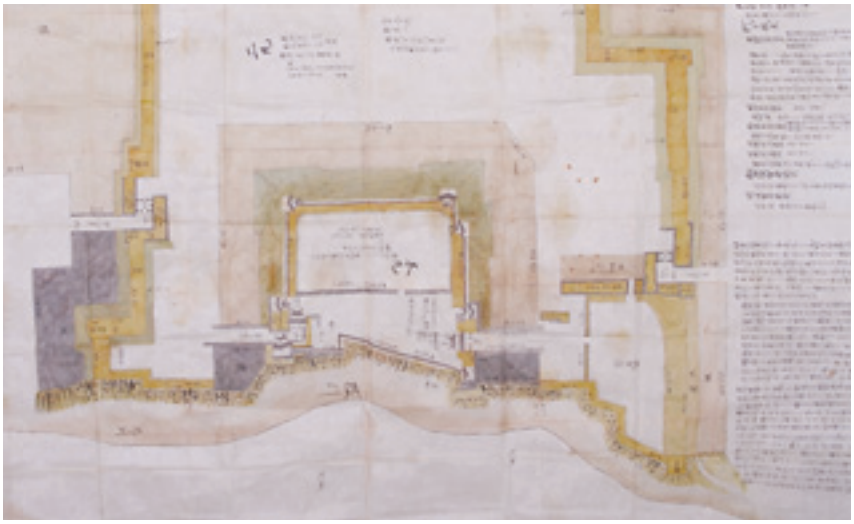
相馬さんは、「地元の歴史を勉強していけば、世界とどうつながっているのかが分かり、世界のことを知ることができて楽しい」といいます。

上田城については、この11月に勉強する機会があるそうですが、「上田城は人気もあるし、櫓を元に戻すのはいいことだと思う」と話していました。

市民の思い

# 復元への模索

上田城の櫓を復元するためには、過去の正確な図面や写真が必要です。それらを探す取り組みを紹介します。



市立博物館所蔵の「信州小縣郡上田城本丸二曲輪図」。ここに書かれた記録から、七つあった櫓の構造や規模が同じだったことが分かった。

## 史跡の保存・活用へ検討委員会を設置

市では、上田城跡の整備を総合的かつ計画的に推進するために史跡上田城跡整備基本計画をつくり、整備を進めてきました。

この計画を検討するために昨年10月から設置しているのが、史跡上田城跡整備実施計画検討委員会です。委員会では、明治維新後に失われた六つの櫓（やぐら）を含めて史跡の復元に必要な資料を探してきました。そうした取り組みを、同検討委員会の委員で、上越教育大学の浅倉有子さんに伺いました。

検討委員会の役割について、浅倉さんは、「史跡の保存と活用は、車の両輪で、それに対するアドバイスをするもの」といいます。具体的には「委員会に示されたデータの検証や方向付け、文化庁への申請のアドバイスなどを行う」そうです。

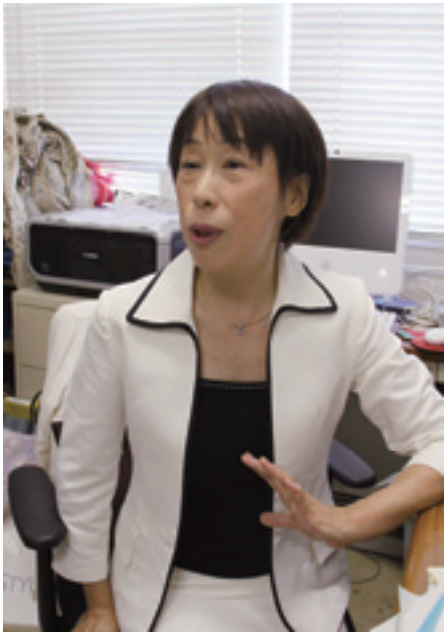
浅倉さんは、近世史・古文書が専門分野で、上田城の櫓の復元につながる資料を市の教育委員会と一緒に探し検討委員会に提示しています。実際に復元の手がかりとなる資料を探すため、市の図書館や博物館の収蔵する資料を見直したり、長野県立歴史館や、国立公文書館、東京大学史料編纂（へんさん）所、横浜開港資料館などにも足を運び、古文書や古い写真などを調査しています。

これまでの資料探しの感想をお聞きすると、「真田氏に関する資料は、まとまっていますが、松平氏に関する資料が、明治維新後に散逸しているようです」と浅倉さん。「江戸時代に城の修復をするためには、幕府の許可が必要で、その申請のときに添付した絵図面が見つからない」そうで、「18世紀前半以降の城の改修の様子が分からない」といいます。

しかし、これまでの資料探しで、新たな発見もありました。市立博物館収蔵資料の享保14年（1729）の「信州小縣郡上田城本丸二曲輪図」から、七つあった櫓の構造や規模が同じであったことが検証されました。

市立図書館が収蔵する古文書の中からは、享保17年（1732）の千曲川の洪水により、本丸南側の崖が崩壊した際の石垣修復に関する資料を発見したそうで、「早く修復するために石垣の見えない部分は、川原石を使っても良いなどと書いてあり面白い資料」といいます。県立歴史館の資料では、明治時代の上田城下町の絵図と古文書の記述が一致することや、明治時代の櫓の払い下げに関する新たな文書を発見したそうです。東京大学史料編纂所の資料からは、上田藩主館跡の幕末の修復に関する資料を見つけたそうです。

浅倉さんは、「城跡に関する資料は意外に地元にあって、思いのほか出てくる」といいます。市民の方から櫓の建築に関する資料を提供していただければありがたいです」と話してくれました。



浅倉有子さん
（あさくら・ゆうこ）
上越教育大学大学院学校教育研究科の教授。史跡上田城跡整備実施計画検討委員会委員。

**城跡に関する資料は、意外に地元にあって出てくるもの。**

復元への模索

問 市文化振興課　TEL23・6361

# 櫓の復元に向けて 古い写真や絵図を探しています

復元という夢の実現には、裏づけとなる客観的な資料が必要です。
自宅などに資料があればお知らせください。

明治７年に払い下げとなり、取り壊しが進んでいたころの本丸東虎口の櫓門と隅櫓。この写真が基になって現在の櫓門が復元された。

上田城跡には現在、長野県宝の三つの櫓と、平成６年に復元された東虎口（こぐち）櫓門があります。幕末には本丸に櫓が七つと櫓門が二つあったことが絵図などから判明しています。

## 復元には古写真・絵図が必要です

幕末に海外から写真撮影の技術がもたらされ、やがて各地でお城や城主の写真などが撮影されるようになります。最後の上田城主・松平忠礼（ただなり）も、自らの姿を何枚かの写真に残しています。しかし残念なことに、当時の上田城内を撮影した写真は、左の東虎口櫓門を写した１枚を除き、ほとんど知られていません。

上田市では史跡上田城跡整備事業として、写真が残っている可能性がある、幕末の上田城の姿を復元することを目指して、これまで東虎口櫓門の復元や石垣の修復などを実施してきました。ただ、一番の目標としている櫓の復元については、大きさや外観の分析資料とするための写真や絵図が不足しており、実現には至っていません。

上田城の古写真などの収集については、県内はもちろん、幕末の資料を多数保管している、東大史料編纂所や横浜開港資料館などの調査を行っていますが、いまだ十分な資料を収集できていない状況です。

## 上田城の古写真を探しています

櫓の復元には、次のような写真・絵図などが必要です。

1 櫓が写っている古い写真（明治初期のもの）
2 櫓の高さが書き込まれた絵図
3 櫓の立面図

このような資料をお持ちの方は、文化振興課までご連絡ください。櫓の復元に向けて、皆さんのご協力をお願いします。

特集 夢に向かって

# 真田図書館が11月19日㈮オープン！

新しい図書館は、蔵書数が約３万2,000冊に増え、親子でゆったりと過ごせる児童図書コーナーや郷土資料コーナー、また、渡り廊下でつながった真田地域自治センター２階に学習室や多目的ルームを整備しました（真田中学校側が正面玄関になります。火～金曜日は地域自治センター側からの出入りができます）。多くの市民の皆さんのご利用をお待ちしています。

**開館時間** 火～金曜日午前９時～午後６時30分
土・日曜日午前９時～午後５時

**休館日** 毎週月曜日、月末整理日、国民の休日、年末年始

**所在地** 真田町長7178-1（駐車場は地域自治センターなどをご利用ください）

**問** 真田図書館 TEL72・8080

## 待望の新施設が完成

# 科学技術・ブランド戦略を生かすには

## 信大講座「地域活性化システム論」

科学技術・ブランド戦略などを地域活性化に生かす方法について学ぶ講座です。この講演は授業の一環ですが、一般の方にも公開しています。一緒に学んでみませんか。関心のある特定の回のみの参加でも構いません。

**期日／テーマ／講師**

・11月５日㈮／自治体の取組み
／市村良三（りょうぞう）氏（小布施町長。町おこしのカリスマ）
・11月17日㈬／地域振興の実例
／木村俊昭（としあき）氏（農林水産省企画官。「ガラスの街小樽」のプロデューサー）
・12月１日㈬／信大が取り組む「地域ブランド共同研究」
／林靖人（やすと）氏（信大産学官連携推進本部研究員。黒部ダムカレーの知恵袋）
・12月８日㈬／デザイン（伝統工芸）
／喜多俊之（きたとしゆき）氏（工業デザイナー。シャープ「AQUOS」のデザイナー）
・12月15日㈬／食（B1グランプリ）
／木村聡（さとし）氏（八戸せんべい汁研究所事務局長。B-1グランプリ発案）
・12月22日㈬／繊維（kibiso）
／田中尹（ただし）氏（鶴岡織物工業協同組合理事長、kibisoブランドのコーディネート）
・平成23年１月５日㈬／農商工連携
／大塚洋一郎（よういちろう）氏（NPO法人農商工連携サポートセンター代表理事。日本初農商工連携機関の創始者）

**時　間** 午後４時30分～６時

**場　所** 信州大学繊維学部31講義室（講義棟３階）

**申し込み** 不要　**参加費** 無料

※講座は全14回ですが、１～６回は10月中に終了しています（最終回は総括）。詳しくは、信大事務局にご確認ください。

**問** 信州大学繊維学部「地域活性化システム論」事務局 TEL21・5500

# 笑タイム in EIGEKI

大好評第2弾！

**日　時**　11月26日㈮
午後６時30分開演
（６時開場）

**場　所**　上田映劇（本町）

**内　容**
①立川談慶落語
②ザ・ニュースペーパー番外編社会風刺コントライブ（出演／松下アキラ、福本ヒデ、谷本賢一郎）
③立川談慶＆ザ・ニュースペーパー番外編アフタートーク

**チケット**　前売り3,500円（当日4,000円）全席自由

**発売窓口**　上田映劇、上田でんき館ほか

問　UEDAエンターテイメントショー実行委員会（坂井）　TEL22・5625

# 話題のはやぶさ・イトカワに会える

特別展「カメラがとらえた宇宙」

高精度の望遠鏡を通して撮影された星雲・星団や、日食や彗星、スペースシャトル打ち上げの写真など、また小惑星探査機「はやぶさ」や小惑星「イトカワ」の模型、観測機器などを展示します。

**日　時**　11月13日㈯～12月12日㈰
午前８時30分～午後５時
（入館は４時30分まで）

**場　所**　丸子郷土博物館

**入場料**　一般100円（中学生以下・障がいのある方は無料）

問　丸子郷土博物館　TEL42・2158

# 第４回上田市花と緑のまちづくりコンクール

審査結果発表

今年は、それぞれの部門からあわせて36件の応募がありました。８月26日に一次審査、９月９日に二次審査を行い、個人を含む12団体を選定しました（敬称略）。

なお、表彰式は11月９日㈫に行います。

最優秀賞　つゆ草橋通り花壇（上丸子）

最優秀賞　しなの木会（国分）

最優秀賞　中島明（御所）

最優秀賞　塩川小学校

**◇団体（50㎡未満・プランター）の部**
・最優秀賞　つゆ草橋通り花壇（上丸子）
・優秀賞　荻窪ビーンズの会（東内）
・奨励賞　上常田花を育てる会（常田３）

**◇団体（50㎡以上）の部**
・最優秀賞　しなの木会（国分）
・優秀賞　丸子山野草クラブ（腰越）
・奨励賞　腰越花花花の会（腰越）

**◇個人の部**
・最優秀賞　中島明（御所）
・優秀賞　村田由美子（殿城）
・奨励賞　柳沢裕子・川合かほる（下武石）

**◇学校の部**
・最優秀賞　塩川小学校
・優秀賞　真田中学校
・奨励賞　塩田中学校緑化委員会

上田市ホームページにも掲載しています。

問　市公園緑地課　TEL23・5134

お知らせ
Information A La Carte

## 平成23年上田市成人式

●期日　平成23年1月9日(日)（成人の日の前日）

●対象　平成2年4月2日～3年4月1日生まれの方

●会場と時間

| 地区 | 中学校通学区域 | 会　場 | 時　間 |
|---|---|---|---|
| 上田 | 一中・二中・三中 | 上田文化会館 | 受付<br>午後1時～<br><br>開式<br>午後1時30分～ |
| | 四中・六中 | 上田創造館 | |
| | 五中 | 上野が丘公民館 | |
| | 塩田中 | JAモルティしおだ | |
| 丸子 | 丸子中・丸子北中 | 丸子文化会館 | 受付<br>午前10時30分～<br><br>開式<br>午前11時～ |
| 真田 | 真田中・菅平中 | 真田中央公民館 | |
| 武石 | 依田窪南部中 | 武石公民館 | |

●案内状の発送

・市内に住民登録のある方には、11月末までに案内状を発送します。

・上田市出身で市外に住民登録している方も出席できます。出席を希望する場合は、それぞれの問い合わせ先までご連絡ください。案内状をお送りします。

詳しくは、上田市ホームページ、上田市携帯サイトの成人式のページをご覧ください。

問 市生涯学習課　TEL 23・6370
丸社会教育課　TEL 42・3147
真田地域教育事務所　TEL 72・2655
武石地域教育事務所　TEL 85・2030

## 塩田地域自治センター リニューアルオープン

塩田地域自治センターは、11月15日(月)から移転します。すでに開設している塩田公民館と一体の新地域自治センターは、現在のセンターの北側になります。

現在のセンターは、解体して駐車場として整備しますので、駐車は市道交差点東側の臨時駐車場をご利用ください。しばらくご不便をおかけしますが、よろしくお願いします。

なお、11月14日(日)午前9時から正午まで、現在の地域自治センターを開放しますので、ご自由にご覧ください。

問　塩田地域自治センター　TEL 38・3000

## 女性のための、暮らしの中の悩みごと相談所

11月15日(月)～21日(日)までの全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間にあわせ、悩みごとのある女性のための相談所を開設します。女性人権擁護委員が女性に対する暴力やセクハラ、子ども同士のいじめ、家庭内の悩みごとなどの相談をお受けします。お気軽にご相談ください。相談は無料で、秘密は固く守られます（予約不要）。

●日時　11月20日(土)午後1時～4時

●場所　上田情報ライブラリーセミナールーム、丸子解放センター

問　上田人権擁護委員協議会（長野地方法務局上田支局内）　TEL 23・2001

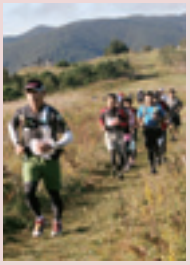
## 児童扶養手当が未申請の父子家庭は11月末までに

今年8月1日から父子家庭も児童扶養手当の支給対象となりました。該当すると思われる家庭には8月にお知らせを送付しました。まだ手続きがお済みでない方は、11月30日(火)までに手続きをしてください。期限後の申請では、8月にさかのぼっての受給はできません。

なお、お知らせが届いていないけれど、該当していると思われる方は、子育て・子育ち支援課までお問い合わせください。

問 市子育て・子育ち支援課　TEL 23・5106

## 今月の表紙



高原を走破するトレイルラン

9月25日・26日に菅平高原国際リゾートセンター前を発着に菅平高原一帯をコースとして、第3回菅平トレイルランレースが開催されました。

最長の40kmコースは、スキー場ゲレンデから四阿山（あずまやさん）、根子岳の登山道を経由して、つばくろ山、大松山と巡る過酷な山岳コース。全国から約250名がエントリーしました。

上田市と姉妹都市のスイス・ダボス町からの招待選手が、40km女子の部で優勝した今年の大会。選手たちは、秋の高原の中、ゴールを目指していました。

# お知らせ

## 2010信州上田城けやき並木紅葉まつり 無料シャトルバスを運行します

11月６日㈯・７日㈰は、「信州上田城けやき並木紅葉まつり」などのイベントが、上田城跡公園内で実施され、会場周辺の交通渋滞が予想されます。

この２日間は、交流・文化施設建設予定地に臨時駐車場を設け、そこから上田城跡駐車場（櫓下）までの間を往復する、無料シャトルバスを運行します。ご利用ください。

●時間　午前10時～午後３時30分
　随時発着
・交流・文化施設建設予定地／始発午前10時、最終午後２時発
・上田城跡駐車場／最終午後３時30分発

問　市観光課　TEL23・5408

## 日本脳炎ワクチン接種

日本脳炎の予防接種は、国の勧告に基づき、平成17年より積極的勧奨を差し控えてきましたが、昨年新たなワクチンが開発され、今年度から３歳児に対し勧奨が再開されました。

日本脳炎予防接種の標準的なスケジュールでは、第１期として３歳で２回、４歳で１回の計３回、第２期として９歳で１回接種することになっています。勧奨の差し控えにより第１期の３回の接種を完了していないお子さんに、不足分の接種をすることができるよう、予防接種実施規則が改正されました。

３歳未満児については、今後３歳になる際に個別通知が届きますので、その時に受けてください。７歳６か月～９歳未満の児童は、９歳になれば接種することができます。

また、第２期の接種にも新しいワクチンを使うことができるようになりました。

詳しくは接種を行う医師、健康推進課までお問い合わせください。

問 市健康推進課　TEL28・7124

## はかりの無料精度診断

ご家庭などにある血圧計（デジタル式を除く）、体温計、ヘルスメーター、およびキッチンスケールの無料精度診断を実施します。

●実施日程

| 期　日 | 時　間 | 場　所 |
|---|---|---|
| 11月22日㈪ | 午前９時30分～11時30分 | 市役所南庁舎６階真田の間 |
| | 午後１時30分～３時30分 | 武石公民館第１会議室 |
| 11月25日㈭ | 午前９時30分～11時30分 | 市役所南庁舎６階真田の間 |
| | 午後１時30分～３時30分 | 丸子ふれあいステーション３階会議室 |
| 11月26日㈮ | 午前９時30分～11時30分 | 市役所南庁舎５階第３会議室 |
| | 午後１時30分～３時30分 | 真田中央公民館第２会議室 |
| 11月29日㈪ | 午前９時30分～正午 | 市役所南庁舎６階真田の間 |
| | 午後１時～３時 | |
| 11月30日㈫ | 午前９時30分～正午 | |
| | 午後１時～３時 | |

問 市商工課　TEL23・5395

# 催し

Information A La Carte

## 2010県民スポーツフェスティバル地域版

晩秋の塩田平を巡るノルディックウォーキング「上田交通　丸子線・西丸子線　廃線跡を歩く」に参加しませんか。ウォーキング終了後は別所温泉で入浴後、公共交通機関（各自負担）でお帰りください。

●期日　11月14日㈰
●内容
◇丸子線コース（約６km）
塩川コミュニティーセンター発（午前８時）、あさかわ駅前着（９時40分）。
◇西丸子線コース（約９km）
ふれあいステーション発（午前10時）、生島足島神社着（午後０時30分）。昼食後、下之郷駅より別所線で帰路へ。
◇別所コース（約15km）
ふれあいステーション発（午前10時）、西丸子線コースと古安曽（滝澤商会前）で別れ、古安曽神社を経由、山王山公園で昼食。山王山公園発（午後１時30分）、前山寺前を通過して西塩田小学校経由、山田峠を経て別所へ。別所温泉駅着（３時）、別所線で帰路へ。
●参加費　大人300円、中学生以下100円
●持ち物　昼食、飲み物、雨具、お風呂セット（ノルディックウォーキング・ポールは無料で貸し出します）。

問 丸子総合体育館　TEL43・2250

## 催し

### ルシア塩満が奏でるアルパの調べ

アルパは、爪で弾くようにして演奏するパラグアイの民族楽器で、別名、ラテンハープ、インディアンハープとも言われています。今回、ラテンアメリカの音楽界でもアルパ奏者の第一人者として認められ、日本アルパ界の草分け的存在であるルシア塩満（しおみつ）さんをお迎えしました。演奏活動35周年のステージをお楽しみください（上田市文化支援事業）。

●日時　11月21日㈰午後1時30分～（1時開場）
●場所　上田文化会館ホール
●チケット　2,500円（全席自由）
●販売窓口　琴光堂楽器店、平安堂上田店、平安堂しおだ野店

問　Arpa研究会・ルシア塩満アルパコンサート実行委員会（永田）　TEL22・2695

### 平成22年度上田市戦没者追悼式

●日時　11月16日㈫午後1時30分～2時30分
●場所　上田創造館
●参加者　上田市遺族会員のほか、一般の方の参加も可。事前の連絡等は不要です。

問　市福祉課　TEL22・4100（内線1990）

### 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を、希望者に無料で提供します。

●日時　11月27日㈯午後1時～4時、11月28日㈰午前10時～午後3時
●場所　丸子金子図書館2階

問　丸子金子図書館　TEL42・2414

### 野沢菜収穫即売会

遊休農地解消対策の一環で栽培した野沢菜を1束約4kg、200円で摘み取りできます。包丁を持参ください。豚汁の無料サービスあります。どなたでも参加できます。

●日時　11月21日㈰午前9時～正午（ただし、なくなり次第終了。少雨決行。雨天延期の場合は23日（火・祝）に開催）
●場所　武石上本入収穫体験農園（福寿草群生地の少し先、県道左側の畑。トイレはありません）

問　武産業観光課　TEL85・2828

### 虐待防止講演会「輝く命を守るために」

11月は児童虐待防止推進月間です。いのちの大切さ、しつけと虐待を中心に、未来を担う子どもたちを保護者や地域住民でどのように守り育てていくかを考えてみませんか。

講師には、産婦人科医の渡邉智子さん（丸山産婦人科医院副院長）をお招きします。

●日時　11月17日㈬午後1時30分～3時
●場所　ひとまちげんき・健康プラザうえだ2階多目的ホール
●対象　市内在住で、子育てに関心のある方、子育て支援関係者。
●定員　200名
●申し込み　不要。託児希望の場合は、11月12日㈮までに電話で子育て・子育ち支援課へ（定員20名）。

問　市子育て・子育ち支援課　TEL23・5106

### 安心して出産を迎えるための講演会

講演会終了後、妊婦さん向けの低カロリーお勧めのスイーツの試食があります。

●日時　11月10日㈬午後2時～3時30分
●場所　上田創造館2階コミュニティ大ホール
●演題　妊娠中はなぜ太る！妊婦の体重管理はなぜ必要？
●講師　宮下尚夫（ひさお）氏（上田原レディース&マタニティークリニック院長）
●対象　妊婦さんに限らず、どなたでも参加可。
●申し込み　前日までに電話で健康推進課へ。

問　市健康推進課　TEL23・8244

### 第4回別所線で行く湯けむりカラオケ大会

ミニライブゲストの三代目コロムビア・ローズさんが、仙台、上田、大阪を舞台にした新曲「倖（しあわ）せ夢さぐり」を披露。上田紬（つむぎ）の衣装で歌います。また、カラオケ大会審査委員長には作曲家・水森英夫さんをお迎え

します。
●期日　11月14日㈰
●場所　別所温泉あいそめの湯
◇カラオケ大会
●時間　午前9時30分開演
※カラオケ大会の参加申込は締め切っています。応援・視聴にはミニライブの入場チケットが必要です（当日券あり）。
◇ミニライブ
●時間　午後4時開演（予定）
●入場チケット　2000円（別所線フリー切符つき）
●取扱所　別所線（上田駅、下之郷駅、別所温泉駅）、上田電鉄㈱（TEL39・7117）、別所温泉あいそめの湯（TEL38・2100）
問　湯けむりカラオケ大会実行委員会（斉藤）
TEL090・8328・3496

## 第14回上小「いい歯の日」フェスタ

●日時　11月14日㈰午後1時～4時（0時30分受付開始）
●場所　ひとまちげんき・健康プラザうえだ2階多目的ホール
●内容　ロビーアトラクション（歯科医師による無料歯科健診、相談・歯科衛生士によるブラッシングコーナー・歯科技工物の展示など）／午後0時30分～1時、8020達成者表彰、講演会「健康長寿　歯科とのかかわり」星旦二（ほしたんじ）氏（首都大学東京都市環境学部大学院・都市システム科学専攻域教授）／午後1時～4時
問　上田小県歯科医師会
TEL22・2160

## 上田市消防団音楽隊 第5回定期演奏会

音楽を通して、防火・防災啓発活動を行っている上田市消防団音楽隊「FIRE WINGS ORCHESTRA」と一緒に「音」を「楽」しみましょう！（入場無料）。
●日時　11月28日㈰午後2時～（1時30分開場）
●場所　上田市民会館大ホール
●演奏曲　「大序曲1812年」、「スーパーマリオブラザーズ」、「翼をください」ほか
問　上田市消防団事務局
TEL26・0119

## 認知症対策・高齢者虐待防止講演会

「認知症高齢者とその家族を地域で支えていく」、「高齢者虐待は人権侵害である」という認識を高めるために講演会を開催します。
●日時　11月30日㈫午後1時30分～4時30分
●場所　ひとまちげんき・健康プラザうえだ2階多目的ホール
●内容　①事例発表「認知症をかかえる家族の声」堀内美保子氏（「認知症の人と家族の会」長野支部副代表）、②講演会「認知症高齢者の権利擁護と家族を地域で支えるために」金川洋氏（日本成年後見法学会常務理事）
●受講料　無料
●持ち物　上履きと靴を入れる袋
問　上田保健福祉事務所福祉課
TEL25・7122

## 「安心」の地域づくりセミナー講演会

「安心」の地域づくりセミナー10周年記念講演を開催します（わがまち魅力アップ応援事業）。
●日時　11月20日㈯午後1時30分～
●場所　農村環境改善センター大ホール
●演題　認知症と地域のつながり
●講師　葭田美知子（よしだみちこ）氏（栃木県NPO法人メイアイヘルプユー理事・事務局長）
●対象　市内在住の方
●定員　300名
●参加費　無料
参加者には、冊子「あゆみ」を無料進呈します。
問　JA信州うえだ健康福祉部くらしの相談課（「安心」の地域づくりセミナー事務局・池田）
TEL23・4040

## 第24回 丸子地域消費生活展

テーマは「みんなで守ろう　みんなの地球～豊かな自然を子孫に残そう～」です。多数の参加出品団体による、日々の活動発表やバザーを行います。記念品も用意していますので、大勢の方のご来場をお待ちしています。
●日時　11月21日㈰午前9時～午後3時
●場所　丸子文化会館
問　丸市民生活課　TEL42・1216

催し

## 絹物語・地域間交流から地域づくりを考える

笠原工業常田館製糸場や塩尻の蚕種・養蚕建物群などと、群馬県のつながりについて検証するシンポジウム「絹物語・地域間交流から地域づくりを考える」を開催します。

●期日　11月13日(土)・14日(日)
●場所　笠原工業常田館ほか
詳しいスケジュール、参加費などは、電話でお問い合せください。
問　NPO法人　街・建築・文化再生集団(中村)
TEL027・210・2066

## 第28回上小地域健康のつどい

●日時　11月16日(火)午後2時～4時
●場所　上田市医師会講堂
●演題　「認知症の正しい知識」
●講師　宮下暢夫(のぶお)氏(宮下医院院長)
●参加費　無料
●申し込み　不要
問　長野県地域包括医療協議会支部上小地区協議会事務局(上田市医師会)　TEL22・0655

## 伊勢山まちあるき

蚕種「小石丸」ができた、伊勢山の歴史と景観を楽しみながら一緒に歩いてみませんか。

●日時　11月13日(土)午前9時30分～午後0時30分(少雨決行)
●集合場所　砥石(といし)米山城入口駐車場
●テーマ　小石丸の里伊勢山。歴史と景観のまちあるき
●解説　櫻井松夫(まつお)氏(上田市文化財保護審議会会長)、牧谷孝則(まきたにたかのり)氏(上田のすてき会推進委員長)、塚原吉政(よしまさ)氏(砥石(といし)伊の会事務局長)
●定員　25名
●参加費　200円(保険代、資料代)
●申し込み　電話で蚕都(さんと)上田プロジェクトへ。
問　蚕都上田プロジェクト(伊澤)
TEL080・5142・6146

## 城下町福神めぐり えびす講ノスタルジア

えびす講の日、街中の福の神の寺社と銭湯をめぐるガイド付きツアーに参加しませんか。

●日時　11月20日(土)午前10時～午後3時
●場所　柳の湯(新田)集合、宮桜の湯(上常田)解散
●参加費　1000円(昼食代)
●持ち物　銭湯入浴の用意
●定員　20名程度
●申し込み　宮桜の湯(TEL22・5678)へ。
問　(財)長野県生活衛生営業指導センター
TEL026・235・3612

## 東信労働フォーラム

安定した労使関係と勤労者福祉の向上のため「東信労働フォーラム」を開催します。

①フォーラム／「労働契約法と労働審判をめぐる状況」大野薫氏(弁護士)、「働きやすい職場づくりに向けて」宮本照子(てるこ)氏(21世紀職業財団長野事務所長)
●期日　11月16日(火)
●場所　上田合同庁舎6階講堂
②フォーラム／「派遣労働と労務管理」大原英嗣(ひでじ)氏(特定社会保険労務士)、「育児・介護休業法について」絹谷(きぬや)よし子氏(長野労働局雇用均等室長)
●期日　11月26日(金)
●場所　佐久市勤労者福祉センター
③フォーラム／「いたわりあう職場、ねぎらいあう職場～職場のハラスメント」伊藤かおる氏(㈱コミュニケーションズ・アイ代表取締役)、「育児介護休業法について」絹谷よし子氏
●期日　12月7日(火)
●場所　東信教育事務所(小諸市)
◇共通事項
●時間　午後1時30分～4時30分
●対象　どなたでも(参加費無料)
●申し込み　電話で東信労政事務所へ。
問　東信労政事務所
TEL25・7144

<広告欄>

県民共済グループは 生命保険部門 アフターサービス満足度1位
「日経ビジネス」2010年7月26日号「2010年版 アフターサービス満足度ランキング」

小さな掛金で大きな保障を

営利を目的としない助けあいの制度
❶共済金を真っ先に　何よりまずは共済金。お支払いを最優先にしています。
❷コストは抑えて　経費を必要最小限にするため、低コストの運営に徹しています。
❸剰余金は割り戻し　剰余金は割戻金としてご加入者へ公平にお戻ししています。

昨年度もムダなく健全に！　平成21年度も、掛金の8割強が共済金と剰戻金に当てられました。
右図：県民共済グループの収支状況(平成21年度／すべての共済事業の合計)
※(異常危険準備金・事業費など)
掛金還元率…82%　この部分がご加入者へ還元されます
コスト※　①支払い共済金　②③剰戻金

長野県民共済
共済取扱団体／長野県認可　長野県民共済生活協同組合
共済元受団体／厚生労働省認可　全国生活協同組合連合会　http://www.kyosai-cc.or.jp/
[上田]☎0268-24-3985(代)
〒386-1104 上田市福田下田9-33　FAX 0268-24-3902
SBCラジオ　県民共済提供「YES! 県民共済　聞いてなるほど」毎週日曜日18:05～(約5分間)放送
口座振替取扱金融機関　八十二銀行 ゆうちょ銀行
※掛金の口座振替については左の金融機関からいずれか一方をご指定ください。ゆうちょ銀行の窓口ではお申し込みいただけません。
■資料請求はホームページからどうぞ。
長野県民共済　検索
www.nagano-kyosai.or.jp/
携帯から▶http://kyo-sai.jp/nagano/　携帯サイトのバーコード

キラリ★輝くこどもたち！

## 地域と共に育つ　北っ子
## ～子育ては家族みんなで～

### 塩田北保育園

親子貸出絵本「どれにしようかな～」

塩田北保育園は、塩田平のほぼ中央に位置し、周囲に池や神社があり交通の便が良い場所にあります。現在は、120名ほどの子どもたちが通園バス・つばさ号を利用したり、お家の方と元気に登園しています。

園では、地域交流として、「畑協力隊」の８人のおじいさん、おばあさんの協力で、月に一度畑の活動を行っています。畑作りから野菜の苗植え、栽培方法などを教えてもらっています。収穫した野菜は給食の材料となり、おいしくいただいています。このように地域の方との交流は、子どもたちにとって貴重な体験となっています。

保護者が保育士の立場で、１日保育をお手伝いする「参加型保育」も５年目を迎え大変好評です。今年は「子育ては家族みんなで」のキャッチフレーズを掲げ、園からの呼びかけに、お父さんの参加が増え、子どもたちも大喜びです。

園では、親子支援を第一に考える中で、参観日などに、わらべ歌やふれあい遊びを楽しむことで、家でも親子のスキンシップが図られるように橋渡しをしています。また、降園時に親子で絵本を借りる「親子貸し出し絵本」を通じて、親子の絆（きずな）をはぐくむためのきっかけづくりをしています。更に月に一度、お話しの会を設け、専門の先生を招いて素語（すがた）りを聞くなど絵本やお話への親しみを広げています。

塩田北保育園では家庭と保育園、地域が一体となって子育てができる環境づくりを通し、子どもたちがその中で、人の温かさや思いやりの気持ちを感じとって、すくすくと大きく育っています。

畑協力隊のおじいちゃんと苗植え「どんなふうにうえるのかな～」

講座・教室 Information A la Carte

## カラダげんき健康教室 ママシェイプ編

産後のカラダをシェイプアップ！ストレッチ、シェイプアップや腰痛予防に役立つ運動です。

●日時　12月6日・20日、平成23年1月17日・31日、2月7日の月曜日、午前10時～11時（全5回）

●場所　ひとまちげんき・健康プラザうえだ1階健診ホール

●対象　市内在住の産後2～6か月ごろの方（託児はありませんが、赤ちゃんとの参加は可能です）

●定員　20名（応募多数の場合抽選）

●参加費　無料

●申し込み　11月12日㈮までに電話で健康推進課へ。

問 市健康推進課　TEL 28・7123


＜広告欄＞

AOYAGI EYE CLINIC

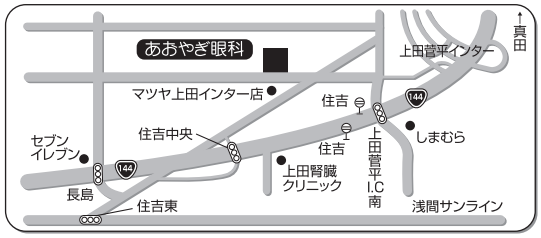
あおやぎ眼科

眼科各種手術　●入院設備あります　●駐車場30台
（白内障・緑内障・網膜復位術・硝子体切除術・眼瞼内反症・眼瞼下垂症 等）

〒386-0002 上田市住吉577
（マツヤ上田インター店前）
TEL.0268（28）6688

| 診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 午前9:00~12:00 | × | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 午後2:30~ 5:00 | ○ | 手術 | ○ | 手術 | 手術 | × |

休診日
日曜・祝日・月曜午前・土曜午後
火曜午後（手術）・木曜午後（手術）
金曜午後（手術）



## 丸子公民館 手打ちうどん教室

丸子公民館カルチャースクール「手打ちうどん教室」の受講生を募集します。手打ちうどんを体得しませんか。男性も大歓迎！

●期日　Aコース①11月9日㈫・②同月14日㈰、Bコース①12月3日㈮・②同月15日㈬
●時間　午前10時～午後1時30分
●場所　丸子解放センター調理室
●講師　あさつゆ「くるみ亭」職員
●内容　①おにかけ、②うちいれ
●対象　市内在住、在勤の成人の方
●定員　各コース先着10名
●参加費　1000円（受講料200円含む）
●申し込み　住所、氏名、電話番号、希望コースを電話で丸子公民館へ。
問　丸子公民館　TEL42・3147

## すぐに役立つ再就職支援セミナー

「応募先の探し方」から「応募書類」、「面接」までを学びます。

●初回期日／タイトルなど
・11月11日㈭／応募先の探し方（ここで差がつく求職活動）
・11月18日㈭／面接ノウハウ（実践面接トレーニング）
・11月25日㈭／応募書類の書き方（人事に伝わる書類を書こう）

平成23年3月まで毎月開催。

●時間　午後2時～4時
●場所　長野県上田緊急求職者サポートセンターセミナー室（上田駅前ビル・パレオ3階）
●対象　求職活動中の方
●定員　先着12名／1回
●参加費　無料
●申し込み　前日までに電話で上田緊急求職者サポートセンターへ。
問　長野県上田緊急求職者サポートセンター　TEL71・0660

## 市民公開講座「SASを学ぶ」

●日時　11月13日㈯午後2時～3時
●場所　上田商工会議所4階ホール
●講演　「睡眠時無呼吸症候群（SAS）について」
●参加費　無料（申し込み不要）
問　信州上田SAS勉強会　TEL026・259・6760

## 上田紬で旗を作ろう！親子機織り体験会

上田紬を広く知ってもらうため、親子機織り体験会を開催します。織った旗は上田市に寄贈の予定です。

●日時　11月13日㈯・14日㈰・20日㈯・21日㈰午前9時30分～11時30分と、午後1時30分～3時30分（各日2回開催）
●場所　小岩井紬工房（上塩尻）
●対象　市内小学4年生～高校生（中学生までは保護者同伴）
●定員　午前、午後各6組（先着順）
●参加費　無料
●申し込み　各日3日前までに電話で蚕都上田プロジェクトへ。
問　蚕都上田プロジェクト（竹内）　TEL38・7771

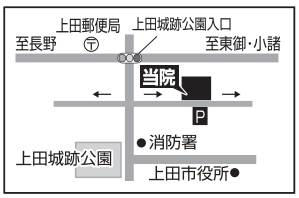
## 介護者の会 なのはな

●日時　11月19日㈮午後1時～3時30分
●場所　市役所南庁舎6階真田・千曲・太郎の間
●内容　介護教室「足もみマッサージで体の疲れをとりましょう」、介護者同士の交流会、個別介護相談（希望者）
●講師　佐藤淑江氏（足もみマッサージ指導員）
●対象　介護をしている方、または介護について学びたい方
●参加費　無料
●申し込み　11月18日㈭までに電話で高齢者介護課、または丸子地域自治センター健康福祉課へ。
問 市 高齢者介護課　TEL23・5140
丸 健康福祉課　TEL42・0092

<広告欄>

医療法人三折堂
宮下医院
神経内科・内科・胃腸内科
〒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（日本消化器病学会認定）
●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・認知症などを来た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

旅館が立ち並ぶ別所温泉。
現在17軒の旅館がある。

# 上田の百選

## にっぽんの温泉100選
## 日本百名湯
# 別所温泉

にっぽんの温泉百選は、観光・旅行業界の専門新聞・観光経済新聞が年に1度実施するもので、旅行会社社員などの投票に基づき観光9団体の審査員が認定しています。20年以上続くこの百選で別所温泉は何回か選ばれ、平成16年以降は毎年選ばれています。

日本百名湯は、日本経済新聞に連載された企画です。執筆者は温泉関係の著書の多い松田忠徳（ただのり）氏で、連載後は出版されています。

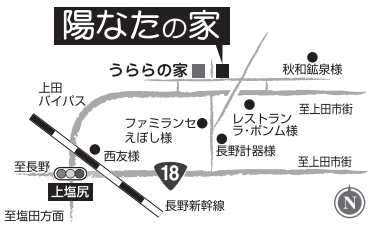
別所温泉は、平安中期の随筆家・清少納言の「枕草子（まくらのそうし）」に「湯はななくりの湯。有馬の湯。玉造の湯」と出てくるといわれます。ここでいう「ななくりの湯」というのが別所温泉で、日本武尊（やまとたけるのみこと）の東征の際に、この地に七つの出湯（いでゆ）をみつけ、これが兵士の傷を癒（いや）したので、「七苦離の湯」と名付け、この出湯が長く栄えるように「七久里」ともいったという伝説があります。泉質は、単純硫化水素泉で、美肌美人の湯とも呼ばれる柔らかな泉質です。外湯（共同浴場）は、石湯、大師湯、大湯と三つあり、池波正太郎の歴史小説・真田太平記に登場するのが石湯です。

別所温泉観光協会の山内（やまうち）静治（じょうじ）会長に別所温泉の魅力を伺うと、「信州の鎌倉といわれる塩田平の史跡や文化遺産と、温泉そのものの魅力、また別所線で来ると、下之郷（おのごう）から別所までの夫神（がみ）・女神岳と遠く美ヶ原までを背景とした塩田平の癒される景観を求めて多くの方が来ていただいていると思っています」と話します。別所は、蚕の種屋さんも多くあったところで、蚕の種を保存しておく、風穴（ふうけつ）も残っているので、「最近は、こうした古いものの中から新しい観光資源を見つけて生かす取り組みもしています」と話してくれました。

池波正太郎の真田太平記に登場する石湯。入口には「真田幸村公隠しの湯」の石碑が建っている。

<広告欄>

人に地球にやさしい未来への住まい
陽なたの家
★信州型エコ住宅（ふるさと信州・環の住まい）
★県産材の家（木曽ひのき・遠山杉・信州赤松・信州唐松）
★長期優良住宅・長期優良住宅先導的モデル（全建連）対応住宅
★CASBEEすまいS等級の家（建築物総合環境性能評価システム）
★自然エネルギー利用の家（OMソーラー・太陽光発電）
開館日：平日 AM10:00～PM3:00
土曜・日曜日 AM10:00～PM5:00
上記時間外でもご連絡いただけましたらご案内致します。




美し信州建設 株式会社
TEL 0268-27-6667
上田市中之条1268-1 FAX0268-27-6672
http://www.sinshuu.co.jp

募集
Information A La Carte

## 介護保険サービス事業者を募集

第4期上田市高齢者福祉総合計画に基づき、地域密着型サービス事業者、および特定施設入居者生活介護事業者を募集します。

●対象　平成24年3月までに施設整備を行う法人（法人格取得予定者も含む）

●募集するサービス種類と事業所数

| サービス種類 | | 事業所数 |
|---|---|---|
| 地域密着型サービス | 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護 | 2か所 |
| | 小規模多機能型居宅介護 | 4か所 |
| | 認知症対応型通所介護 | 2か所 |
| | 認知症対応型共同生活介護 | 3か所 |
| | 地域密着型特定施設入居者生活介護 | 1か所 |
| | 夜間対応型訪問介護 | 1か所 |
| 特定施設入居者生活介護 | 介護専用型（定員50名以内） | 1か所 |
| | 混合型（定員50名超100名以内） | 1か所 |

●募集締切　12月10日㈮

詳しくは上田市ホームページをご覧ください。

問 市 高齢者介護課　TEL 23・6246

## 上田・真田・丸子霊園の利用者募集

①霊園名　上田市霊園
・所在地　諏訪形1756
・区画数　4区画
・管理料　1400円／年
・永代使用料　16万8000円

②霊園名　上田市真田古城霊園
・所在地　真田町長8081－1
・区画数　1区画
・管理料　3000円／年
・永代使用料　25万円

①②共通事項
・区画面積　6・0㎡
・応募資格　市内に住所があり、墓地をお持ちでない方で、次のいずれかに該当する方。①遺骨を自宅に安置している方（死体埋火葬許可証の写しが必要）、②遺骨を親せきなどの墓地に仮埋葬している方、または遺骨を寺社などに預けている方（寺社または墓地管理者の証明が必要）
・申し込み　11月15日㈪～26日㈮に生活環境課・真田市民生活課にある指定の申込用紙で（申込多数の場合抽選）。詳細は申込者へ連絡。

③霊園名　上田市丸子霊園
・所在地　上丸子1222
・区画数　3区画（6・6㎡）
・管理料　2000円／年
・永代使用料　11万6000円
・応募資格　市内に住所がある方
・申し込み　随時募集中

問 市 生活環境課　TEL 22・4140
真 市民生活課　TEL 72・0154
丸 市民生活課　TEL 42・1216

## 別所・塩田平の情景観光写真コンテスト

「癒（いや）しの里別所・塩田平の情景」を題材にした作品を募集します。

●部門　①自然・風景（情景）、②祭り・行事・風習、③一般その他

●応募作品　おおむね1年以内に撮影した未発表の四つ切サイズにプリントした写真（店でプリントしたものに限りデジタルはA4可）。

●応募方法　12月15日㈬までに、別所温泉観光協会事務局窓口、同ホームページの応募票に必要事項を記入し、作品裏面に張り付け同事務局へ（郵送可）。

●入賞作品　特選各1点、準特選各2点、入選各5点

問 別所温泉観光協会事務局（〒386－1431別所温泉185－3）　TEL 38・3510

### おわびと訂正

10月1日の全戸配布ちらし「新型インフルエンザ予防接種について」中、実施医療機関の電話番号に誤りがありました。正しくは次のとおりです。訂正しおわびします。

・池田クリニック「TEL 22・5041」
・半田循環器科内科医院「TEL 28・0888」

問 市 健康推進課　TEL 28・7124

<広告欄>

梅花幼稚園創立110周年記念
ゆかいなコンサート
梅花幼稚園110周年を記念して、コンサートを開催します。
歌のお姉さん、マジックショーなど、企画が盛りだくさんです！お気軽にお越し下さい。
11月19日㈮
午前10:30から正午（開場10:00）
会場 上田市文化会館ホール
長野県上田市材木町1-2-3
入場無料
お問合せは… 学校法人梅花学園
梅花幼稚園
★整理券があります。
ご予約はお電話でお願いします。
☎0268-22-0009
上田市大手2丁目2-8

クラーク記念国際高等学校（通信制・単位制）
あなたらしく！夢を見つける！夢をかなえる！

9/22 スクーリング「ゆうすげと蝶の里」現地研修
高校卒業 高認合格
転入学（高校在籍生）・編入学（高校中退生）
入学相談受付中
学校説明会 随時開催中
11月より新入生相談窓口開設
高卒認定コース 全日型コース 単位制コース
国際高等学院長野校
〒386-0027 長野県上田市常磐城2-6-4 ☎0268-26-5515
国際高等学院長野校 検索

# 遊休農地の整備を進めながら、自治会ぐるみの親睦を図っています。

尾崎邦穂さん　おざき・くにほ

遊休農地の整備に取り組む上青木自治会で9月26日、子どもたちも参加して稲刈りが行われました。同自治会では、蒼久保地籍にある「わんぱく農園」の隣に、それまで遊休農地だった約140坪の水田を今年初めて借り受けました。そこに、うるち米ともち米を作りましたが、もち米は公民館が主催するもちつき大会で使おうと作られたものです。

公民館長の稲葉司さんは、「小学校のPTAと一緒に、しめ縄づくりともちつきをします。子どもだけでも60～70人が参加します。田植えもPTAから呼びかけてもらって、子どもたちにも参加してもらいました」と話します。

自治会長の尾崎邦穂さんは、「もちつきの米も買っていましたが、作ってみたらどうかということになりました。（自治会には）農家の方もいますし、そうでない方もいます。普段、交流する場がないので、いい機会になっています。行事によって、いろいろな方が加わってくれます」。

同自治会ではこうした取り組みのほか、春には花桃30本を遊休農地に植えました。そこには、アジサイや芝桜も植えたそうですが、事務局の林利雄さんによると、「アレチウリの除去が大変だった」そうです。

また、ほ場整備の際に作られたホタル水路の草刈りなども行われており、毎年6月の第4土曜日には「蛍まつり」が開かれています。今年のまつりには、子ども約30人、大人約20人が参加しましたが、他の自治会からの参加もあったといいます。

上青木自治会の「蛍と花桃の里」事業は、中央地域協議会の審査を経て、わがまち魅力アップ応援事業の採択を平成21年度に受けました。今年が事業の2年目を迎えます。同自治会は、アパートも含め現在305戸。自治会の役員らで実行委員会を組織し、遊休農地を利用した環境整備を進めながら、自治会ぐるみの親睦を図っています。ホタルの育成・放流は、昭和61年から行われてきた歴史もあり、地域に根付いた取り組みとなっています。補助金は、花桃の苗や蛍まつりの資材費などに使われています。

情熱地域

わがまち魅力アップ応援事業を紹介するコーナーです。


＜広告欄＞

**鹿月荘 特別ご優待のお知らせ**

有効期限 平成22年11月1日(月)～平成23年1月31日(月)まで
期間中は毎日対象となります。ただし平成22年12月31日(金)～平成23年1月3日(月)は除きます。

このたび、日頃のご愛顧に感謝いたしまして、ご利用いただいております皆様に特別ご優待キャンペーンを企画いたしましたので、この機会に皆様の、ご来荘を心よりお待ち申し上げます。

**●お1人様1泊2食付** 和食膳+90分飲み放題付き（瓶ビール・日本酒・焼酎・ソフトドリンク）
**8,550円(税込)～**
※飲み放題を選択なされない方は通常の宿泊料金となります。
※増し料理は別途申し受けます。

●夕食時…おすすめ野菜料理一品及びアイスクリーム食べ放題
●朝食時…ヘルシーな温泉粥及びキャベツ等食べ放題とコーヒー飲み放題
●連泊限定…昼食に軽食をサービス致します。
●クアハウスかけゆをご利用のお客様に利用券(700円相当)をプレゼント(休館日11/9、11/24、12/14、12/28、1/11、1/25)

●ご予約の際は広告を見たとお申し出下さい。●無料送迎バス(5名様以上)もございます。●8畳和室、洋室をご希望の場合は追加料金がございます。●状況により、ご希望に添えない場合はご容赦下さいませ。●詳細については、お問い合せ下さい。

**日帰り宴会プラン**
お1人様和食膳+90分飲み放題付
**4,250円(税込)～**
入浴及びフェイスタオル付。
増し料理は別途申し受けます。
詳細については、お問い合せ下さい。

環境庁指定国民保養温泉地
上田市国民宿舎
**鹿月荘**
長野県上田市鹿教湯温泉1295-2
Tel.0268-44-2206

有料広告掲載のお問い合わせは、上田市秘書課(TEL23・5149)または㈲ダンディ信濃・トミー企画(TEL23・1706)へ。

## 上田古戦場ハーフマラソン
# さわやかな秋空のもと駆け抜ける

10月10日、県営上田野球場をスタート・ゴールとする第24回上田古戦場ハーフマラソンが開催されました。

朝までの雨があがり、秋空が広がった当日は、県内外から1,646人のランナーがエントリー。男女のハーフ・10㎞・５㎞、中学生男女の５㎞、小学生高学年男女の３㎞・低学年３㎞、健康ファミリー2.5㎞の12種目で、健脚を競ったり、走りを楽しみました。

レースは、午前９時の男子ハーフから順次スタートし、ランナーたちは沿道の声援に励まされながら、ゴールを目指しました。

また、野球場内では、ゲストのエスビー食品陸上部の田幸寛史（たこうひろし）監督と松本昂大（まつもとこうだい）選手によるジョギング教室も開催され、集まった子どもたちが、きれいなフォームで、早く走る方法などの指導を受けました。

健康ファミリー2.5㎞に家族５人で参加した市内緑が丘の北原善文（きたはらよしふみ）さんは、「地元の大会なので、家族みんなで参加しました。平らな広いコースで、走りやすかったです」と感想を話していました。

上田

## マリコヴィンヤードぶどう収穫体験
# 秋空のもと収穫を楽しむ

9月30日、10月1日の両日、丸子塩川陣場地区のワイン用ぶどう畑・マリコヴィンヤードでぶどうの収穫体験が開催され、市内外から約２００人が参加しました。

丸子の歴史にちなんで名付けられた「マリコ（椀子）ヴィンヤード」は、メルシャン㈱の農業生産法人「ラ・ヴィーニュ」が管理するワイン用ぶどう畑です。遊休荒廃農地解消を目指す地元の皆さんの協力のもと、平成15年から栽培が始まり、現在約20haに６種類７万本のぶどうが植栽され、陣場地区の地形・気候を生かした高品質なぶどうが育てられています。収穫量も年々順調に増え、今年は40ｔの収穫を見込み、マリコヴィンヤード産のぶどうを使ったワイン３種類も発売になりました。

参加者は、収穫の合間に陣場台地からの素晴らしい眺めを楽しみながらお昼を食べ、帰りにはお土産のワインをもらい、「楽しかった」「来年も参加したい」と感想を話していました。

丸子

真田

## ふれあい夢コンサート2010
# 合宿が縁で始まったコンサート

真田中央公民館で9月8日に、上智大学吹奏楽団による「ふれあい夢コンサート」が開催されました。コンサートは今年で13回目。約300人が会場を訪れました。

上智大学吹奏楽団は、毎年この時期に菅平高原で合宿を行っています。このコンサートは、合宿の成果をすぐに聴いてもらいたいという楽団の思いと、生演奏の音楽会を住民に提供したいという公民館の思いが結ばれて、始まったものです。

コンサートでは4曲が演奏されました。演奏の合間には、それぞれの楽器の音色や特徴を紹介したり、長野県での開催らしく、「信濃の国」の演奏に合わせて会場全員が歌うという趣向もありました。最後の曲目「嵐メドレー」では、楽団の4人がアイドルグループ嵐のメンバーに扮してダンスを披露し、会場は大いに盛り上がりました。

アットホームな雰囲気のコンサートで、来年の再会を誓って退場する楽団の皆さんに、来場者から惜しみない拍手が送られていました。

武石

## あそびの教室でサツマイモ掘り
# 親子で収穫の喜びを体験

10月６日、あそびの教室が開催され、未就園児とその保護者、９組20人が武石地域自治センター東側の畑でサツマイモ掘りを体験しました。

あそびの教室は、未就園児の交流や様々な体験の場として、また、子育て中に家にこもりがちになる保護者に、外出の機会を提供し、子育てについて相談し合える場として利用してもらうため、今年度は24回の教室を計画しています。このサツマイモの苗も同教室で６月に植えたものです。

畑に入ると子どもたちは、小さなシャベルを片手に早速サツマイモを掘り始めました。少しずつ掘っていくと、サツマイモが地中から顔を出し、自分の顔の大きさくらいあるサツマイモを掘り出すと、嬉しそうに持ち上げて見せてくれました。

収穫したサツマイモは、10月13日に同教室のおやつ作りでフルーツきんとんの材料として使われました。

読者通信

## きん歌さんが真打に昇進！
## 三遊亭鬼丸を襲名しました

提供／鬼丸落語会実行委員会

毎年、春の上田真田まつりの司会などでおなじみの、上田市出身の信州上田観光大使・三遊亭きん歌さんが、真打に昇進し「鬼丸」を襲名しました。

8月28日には、東京・九段下のホテルグランドパレスで「真打昇進襲名披露宴」が盛大に開かれ、多くのファン、関係者がお祝いに駆けつけました。

9月27日からは「三遊亭鬼丸真打昇進襲名披露興行」を行っており、地元上田市でも披露公演を行います。

**三遊亭鬼丸真打昇進襲名披露公演**

当日は圓歌師匠をはじめ、圓歌一門が多数出演し、披露口上や飾り付けなど東京の寄席をそのままに再現。鬼丸の晴れ姿をぜひご覧ください。

**○日時** 11月20日㈯
第1部／正午開演、第2部／午後4時開演（2回公演）

**○場所** 上田市文化センター

**○出演** 三遊亭鬼丸、圓歌、歌司、歌武蔵、小円歌、司

**○入場料** 全席自由、前売り3000円
（当日3500円。当日券がない場合もあります）。

**○前売券販売場所** 上田市文化センター、ささや、香青軒、祥園

**問** 鬼丸落語会事務局（若生） TEL24・0252

読者通信は、市民の皆さんからの話題提供や投稿でつづるコーナーです。

**人の動き**（平成22年10月1日現在）
人口：159,215人　男：77,900人 女：81,315人　世帯数：62,205戸
外国人登録者数：4,146人　男：1,892人　女：2,254人