

広報

うねだ

Public Relations

2010
5.1

No.99



- 2 市長初登庁
- 4 ひとまちげんき・健康プラザ開設
- 10 情報びっくあっぷ
- 12 情報あ・ら・かると
- 15 キラリ☆輝くこどもたち！
- 19 情熱地域
- 20 写真コンテスト
- 22 四ツ葉スケッチ
- 24 読者通信

表紙の説明は12ページ



この度、市民の皆様への負託を賜り、引き続き新生上田市2期目の市政を担わせていただくこととなりました。選挙期間中には皆様から市政に対する様々な思いや貴重なご意見を拝聴し、市政に対する期待の大きさと職責の重さに改めて身の引き締まる思いでございます。お寄せいただいた信頼と期待にお応えするため、新たな決意と情熱をもって、皆様とともに上田市政の発展と市民生活の

向上をめざして全力を傾注してまいります。

絆と連帯を大切に

川の流れは上流から下流へと流れ流れていきます。この流れは、北は菅平高原、南は美ヶ原高原などの山々から上田市の中央部を流れる千曲川へと注いでいます。4市町村で合併したこの地域は、まさに生活圏が一体であり、だからこそまとまり、未来に向け前進しなければなりません。

絆・連帯を大切に 進化する上田の新時代を創る

ん。この流れに沿った絆と連帯を大切ににして、進化する上田新時代を創るべく生活圏一体でのまちづくりの取組みを市民の皆様とともに進めていきたいと考えております。

揺籃期を経て

新生上田市は、4年間の「揺籃期」で培った総合力を基盤とし、新たな「成長・発展期」のステージに入っていると考えております。新市誕生から4年間で、一体感も月日の経過とともに醸成されつつあり、未来への成長発展の大きな可能性を感じing中で、

上田の潜在能力をもっと伸ばし「住んで良かった」と思えるまちを創りたいのです。

それには、現状の課題をしっかりと受け止め解決に向け、その先に未来の安心と安全がうまれることを信じてながら市民の皆様とともに力を合わせて努力していかなければなりません。

より自立を目指す市政と地域

新生上田市誕生以降、地域内分権と市民協働によるまちづくりを推進するため、第1ステージにおきましては地域自治センター及び地域協議会の設置、第2ステージにおきましては市民憲章の制定、第一次総合計画

の策定、地域予算の導入などに取り組んでまいりました。現在は第3ステージとして、市民の皆様が主体となり、まちづくりの基本的なルールとなる「自治基本条例」を制定し、一定のことを住民サイドで決められるような仕組みづくりや市が目指す地域内分権の姿である「地域の特性が活かされ、地域力が発揮されるまちづくり」の実現を図り、より自立を目指し、そのための努力を鋭意進めているところであります。

私のビジョン

私が約束した「マニフェスト2010」は、上田の輝かしい未来を見据えた将来ビジョンとして、「成長・発展期」を迎えた「新生上田市」の成長戦略、そしてこの将来ビジョンを着実に成果として形にしていくなための重点施策、更には市民満足度の高い行政経営に向け、限られた経営資源を活かす新しい行政システムの構築への取組みを、これまでの市政経営の実績を踏まえ、これからの4年間に私が成すべきこと、挑戦していかなければならないことを明確にさせていたいただいたものです。

三つの政策パッケージ

私のマニフェストは、六つの大きな柱を掲げ、重点ポリシーとして45項目の具体策と、私のマネーゲームとして25項目の具体策から成り立っておりますが、大きく括ると三つのテーマに分類されます。

(1)豊かで確かな市民生活を築くため

3月28日に投票が行われた上田市長選挙で、再選を果たした母袋創一市長が3月31日の朝、市役所前に集まった市民ら約250人の拍手に迎えられ、初登庁しました。

◎マニフェストの詳細は上田市ホームページ「ようこそ市長室へ」をご覧ください。

将来像として、「生活快適都市」「健康元気都市」「文化の薫る創造都市」の実現を目指します。

の「成長・発展に向けての施策」

① 現下の経済・雇用情勢・暮らしを踏まえた地域経済の活性化策の推進。

② 関係機関との連携・協働による産業の振興。

③ 新エネルギービジョンの積極的な推進。

④ 「文化の見えるまちづくり」として文化の振興を図るとともに、新たなまちづくり・賑わいの拠点となる交流・文化施設の整備。

⑤ 地域全体で子どもたちを育ていくための「上田市教育支援プラン」の実行。

(2) 現在と未来の安心を創出するための「医療・福祉・介護の充実に向けての施策」

① 地域を上げた取組み・努力が「上小地域医療再生計画」に結びつき5年間で25億円の基金を活用し医療再生が図れることとなり、今後、信州大学医学部附属病院、長野県、国立病院機構長野野病院等関係機関と実行性のあるものとしていく。

② 高齢者福祉施設の整備や介護サービスの向上。

③ 子育て支援における保護者の負担軽減の拡充検討。

(3) 上田市が持続的発展を果たしていくための「財政の健全化に向けての施策」

① 上田市が将来に向って持続的に発展できるよう、更なる行財政改革の実行と事務事業の見直しを徹底する中で、ムダを排してまいります。

未来に向けて

上田市には、数多くの課題が山積しており、また、現下の厳しい経済・雇用情勢ではありますが、人と人、地域と地域の絆を大切にし、自信と誇りを持ち難局を乗り越えようではありませんか。

さらに、こうしたときこそ、市民力と地域力が発揮されることにより、今まで以上に誇れる、そして「輝くまち」が必ずや築き上げられるものと確信します。

さあ、市民一丸となって輝く上田新時代を築き、未来を創り上げていくではありませんか！

上田市長 母袋 創一



正面玄関



エントランスホール

昨年来、旧第一中学校跡地に建設を進めてきた（仮称）総合保健センターが、名称を新たに「ひとまちげんき・健康プラザうえだ」として6月1日に開館します。今後、健康づくり、子育て支援の拠点施設として事業の展開を図っていきます。

施設の名称を募集したところ、合計51通の応募をいただきました。その中から市長や住民代表の方8人の選考委員により選考した結果、「ひと」も「まち」も健康で、元気に多くの市民の皆さんが集う施設になるようにと、「ひとまちげんき・健康プラザうえだ」という名称に決定しました。決定に当たり、応募作品の中から「ひとまちげんき」と「健康プラザうえだ」が含まれている愛称で応募のあった5人の方の言葉を合わせ名称とさせていただきます。たくさんのご応募ありがとうございました。

「ひとまちげんき・健康プラザうえだ」は、二つの機能を有した複合施設です。それぞれのセンターが連携を図りながら事業を展開します。なお、これに伴い「健康推進課、こども未来部（子育て・子育て支援課、保育課、教育相談所）」が移転します。

健康づくり・子育て支援の拠点施設 「ひとまちげんき・健康プラザうえだ」が 6月1日開設

ひとまちげんき・健康プラザうえだの開設に伴い、 手続き等の窓口が変更となります。

窓口が変更となる 主な業務	担当課	場 所	
		変更前 5月31日(月)まで	変更後 6月1日(火)から
乳幼児健診 母子手帳の交付 各種健康相談など	健康推進課	市役所南庁舎 2 階	 ひとまちげんき・ 健康プラザうえだ
妊婦健診補助申請 不妊治療費補助申請など		市役所南庁舎 3 階	
母乳育児相談		塩田母子健康センター	
子ども(児童)手当申請 児童扶養手当申請 母子父子家庭相談 児童に関する相談など	子育て・子育て支援課	教育委員会 やぐら下庁舎	
保育園及び公立幼稚園の 入退園等の申請 保育料等に関する相談など	保育課		
教育相談	教育相談所(学校教育課)	清明小学校敷地内	
出張子育てひろばの開催 子育てに関する相談や サークル支援	南部保育園 子育て支援センター	南部保育園	

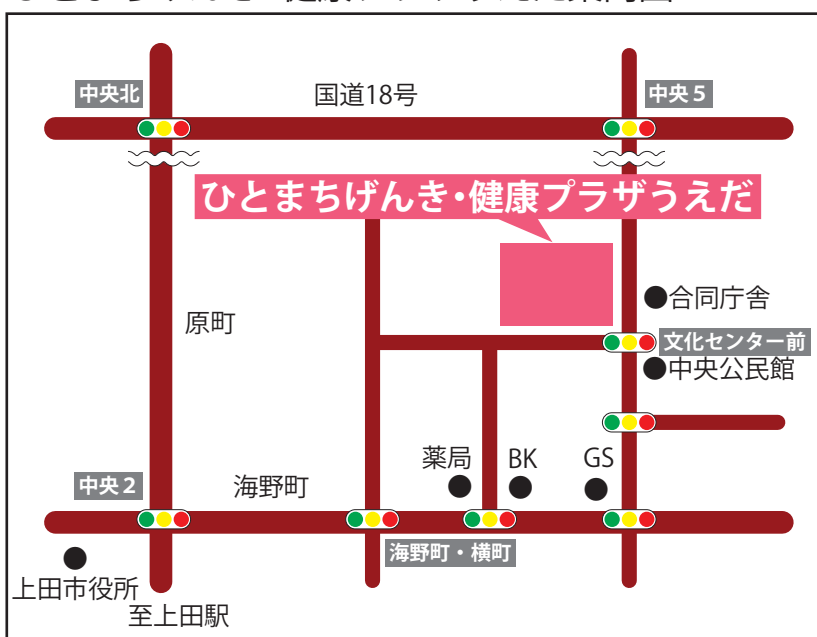
- 1階カウンターで住民票、印鑑証明書、所得証明書及び納税証明書の発行を行います(午前8時30分～午後5時15分)。
- 市の施設(ひとまちげんき・健康プラザうえだ、文化センター、上田図書館、市民プラザ・ゆう、点字図書館)を利用する方のための駐車場を整備(258台うち身障者スペース5台)します。駐車の利用時間は、午前8時30分～午後10時までです。
- 芝生広場を設け、ハナミズキ、桜などを植栽します。また、ベンチを各所に設置し、くつろぎの空間を確保します。

 健康推進課 TEL28・7123
  子育て・子育て支援課 TEL23・5106
  保育課 TEL23・5132
 〒386-0012 中央6丁目5番39号

旧一中跡地の伐採したヒマラヤ杉が、
ご好意により動物の木彫り(クマやフクロウ等)となってお寄付いただけることになりました。屋外に配置し、
市民の皆さんを優しくお迎えします。



ひとまちげんき・健康プラザうえだ案内図



～健康づくりの拠点～ 上田市総合保健センター

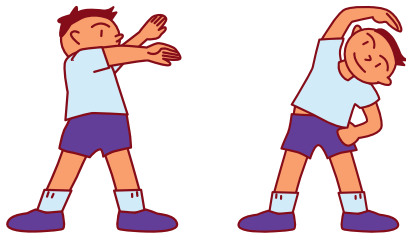
(ひとまちげんき・健康プラザうえだ 建物東側)



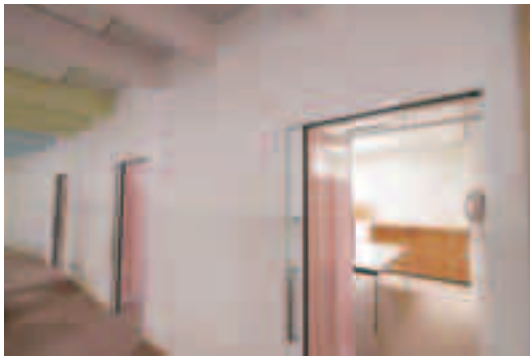
●チャレンジ運動ルーム



●多目的ホール



●第1相談室



ご来館された方、先着500名にオリジナル健康カレンダーを差し上げます。

利用時間
午前8時30分～午後5時15分
休館日 土・日曜日、祝日、12月29日～1月3日

※市民の皆さんの要望に応じた、「オーダーメイド型」の健康教室も開催します。内容・開催日時等については、ご相談ください。

より積極的な健康づくりの拠点として、健康維持の二本柱である「運動の実践」と「食の改善」のため、個人個人に適した健康づくりの方法を見つけられる場として、市民の皆さんが「気軽に訪れ」「体験」し、「実践してみる」事業を提供します。

どなたでも自由にご利用いただけます。

○各種相談

- ・母乳相談室、妊婦相談室
妊婦の健康相談や母乳相談を行います。
- ・育児相談室、健康相談室
育児の相談や成人の生活習慣病（血圧など）の相談ができます。
- ・集団指導室
成人の健康教室や離乳食教室を行います。
- ・母子手帳発行室
母子健康手帳を交付します。

○健康体験コーナー

自由に体験しよう！

血圧測定、体重測定

健康ソフトなどが自由に体験できます。

○屋外ウォーキングコース

敷地の周りに1周約500mのコースを設置します。

毎日、午後10時までご利用いただけます。
市が行う事業にご参加ください。

○各種健診・予防接種・集団がん検診

・健診ホール

主に上田地域の皆さんの乳幼児健診や各種教室、予防接種、集団がん検診などを行います。

○運動支援

・多目的ホール

体験してみよう！有酸素運動

インターバル速歩などの講座を実施

個人の健康状態や年齢に応じた各種講座を実施

・チャレンジ運動ルーム

自分の今の体の状態を知ろう！

体重、血圧、体組成（体脂肪等）、下肢筋力、握力、持久力、柔軟性等が測定できる各種機器を設置

自分にあった運動を知ろう！

個別の運動処方や個別相談

体験してみよう！トレーニングマシン

初心者の方の体験や基礎体力づくり、実践講座

○食育支援

・調理室、食育ルーム

食生活を見直そう！

妊娠期からの食事づくり体験

親子で食事づくり体験

栄養相談

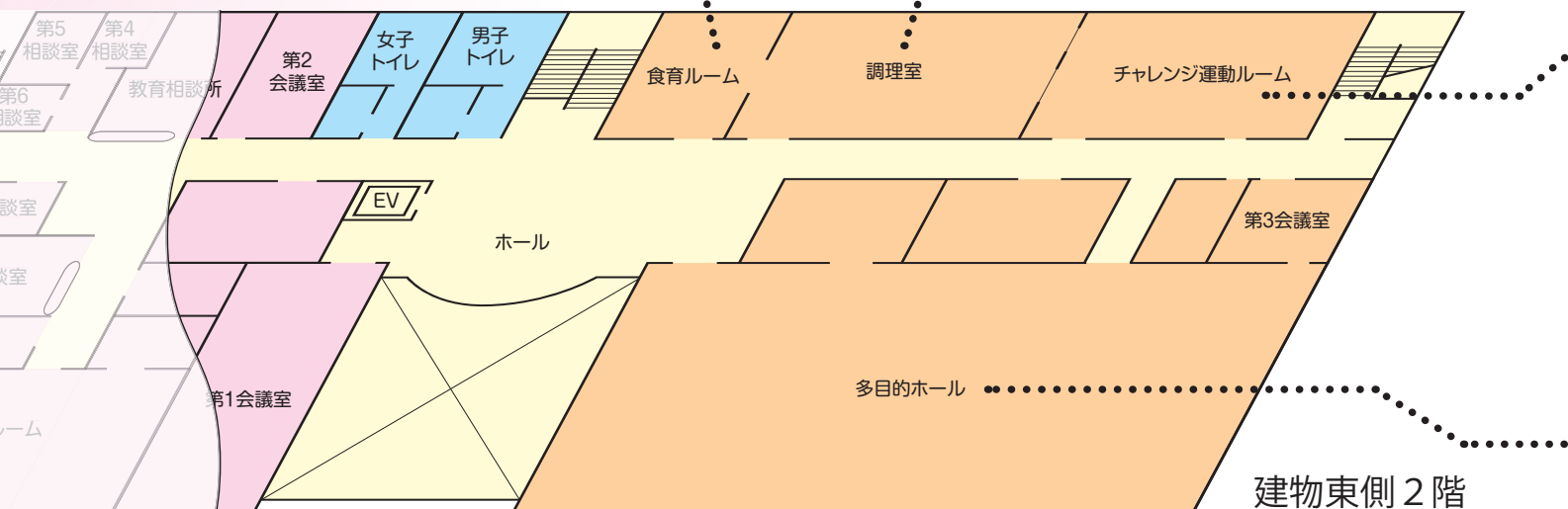
離乳食から介護食、特殊栄養食品の使い方

などライフサイクル、健康状態に応じた食

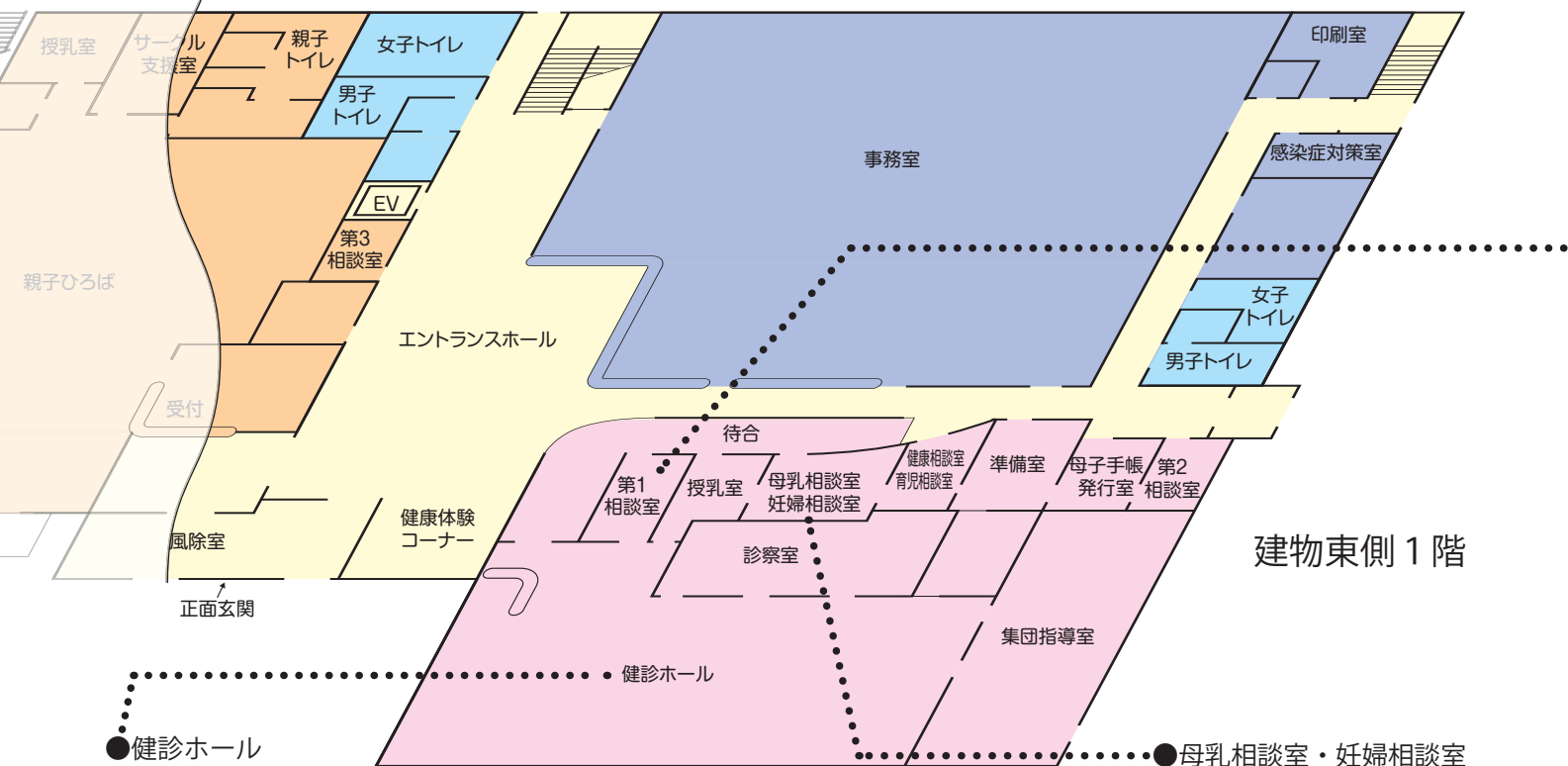
の学習講座



食育ルーム ● ● 調理室



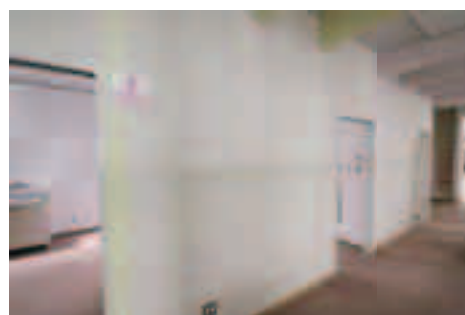
建物東側 2 階

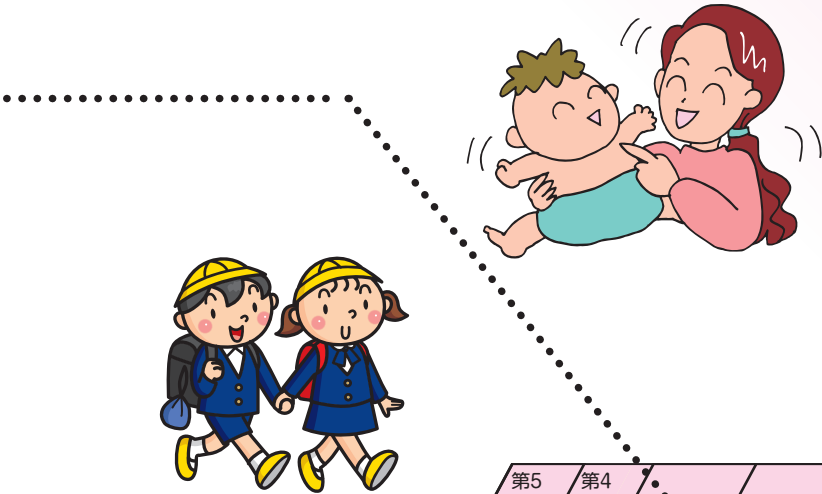


建物東側 1 階

● 健診ホール

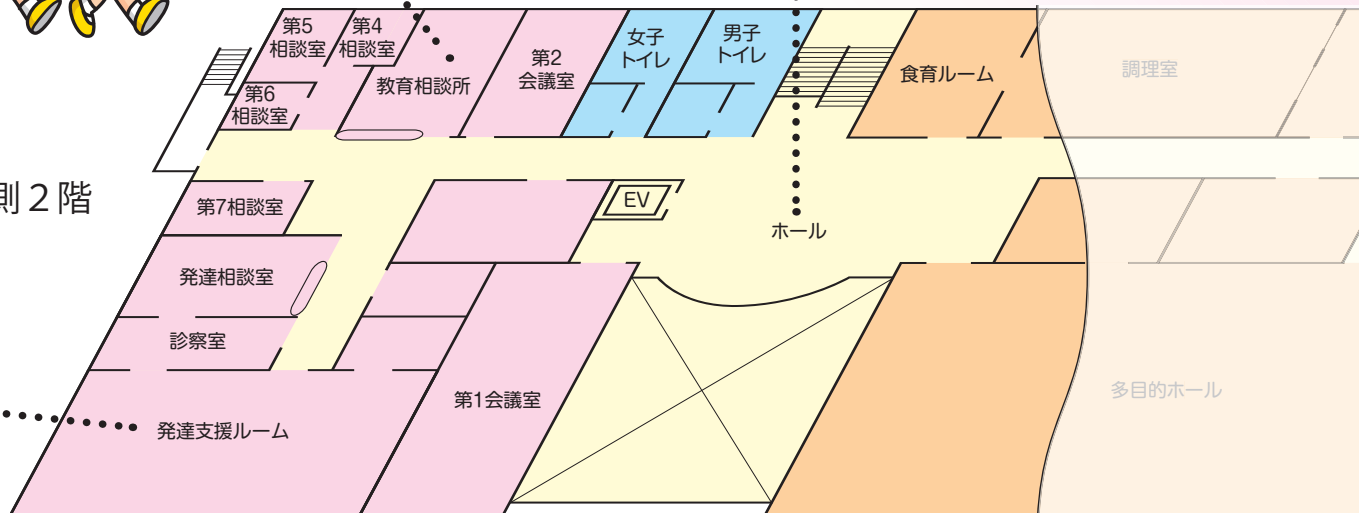
● 母乳相談室・妊婦相談室



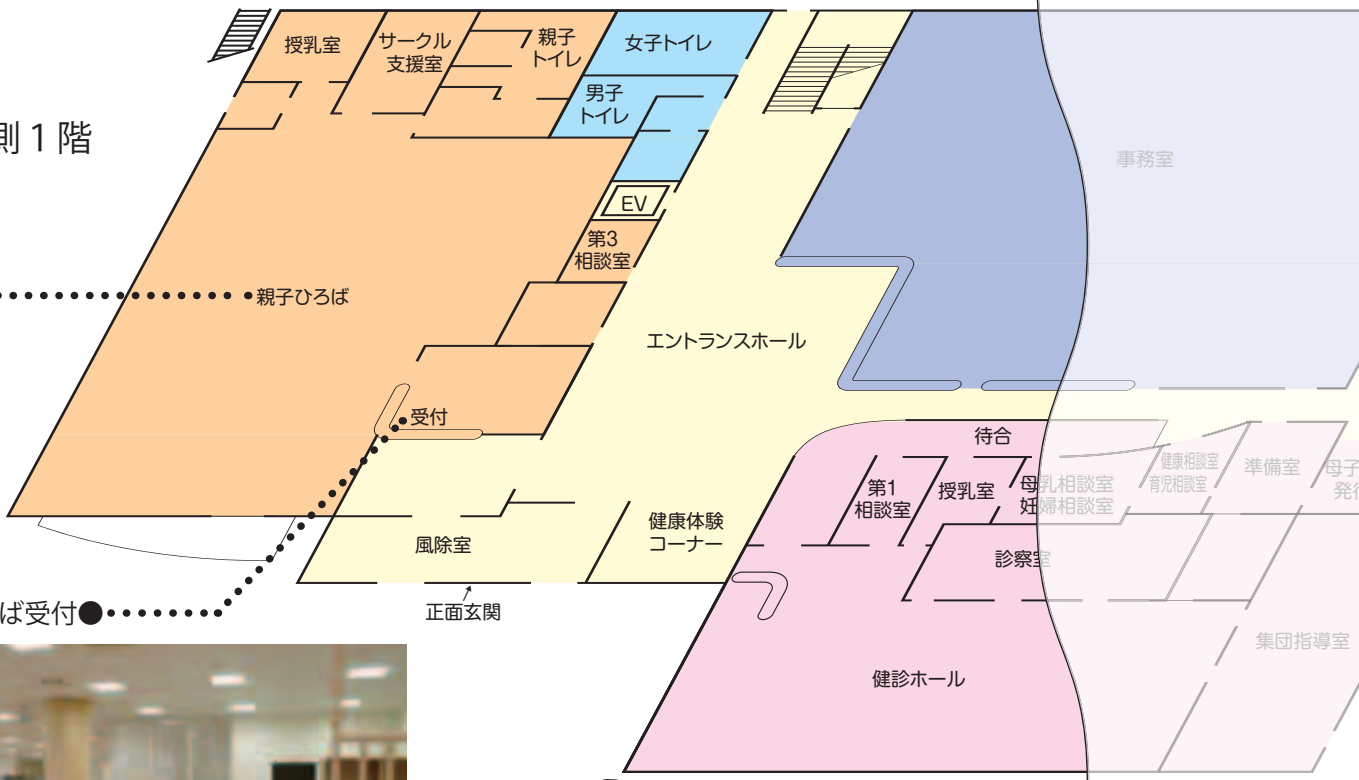


ホール●

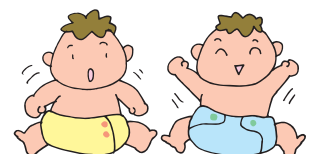
建物西側 2 階



建物西側 1 階



親子ひろば受付●



～子育て支援の拠点～

上田市中央子育て支援センター
発達相談センター 教育相談所

(ひとまちげんき・健康プラザうえだ 建物西側)

教育相談所●.....



すべての子どもたちの健やかな成長を願い、子どもに関する相談窓口を集約し、関係機関と協力しながら、総合的な支援を進めていきます。

なお、南部保育園子育て支援センターを移管し、中央子育て支援センターとして子育てのお手伝いをしていきます。また、発達相談センターを新設します。

○中央子育て支援センター

- ・地域の子育て支援情報の収集と提供
- ・子育てに関する相談や援助
- ・子育てに関する講座の開催

利用時間

午前8時30分～午後5時15分

休館日

土・日曜日、祝日、12月29日～1月3日

- 常設の親子ひろば

3歳未満のお子さん向けのひろば
 おおむね、
 です。

無料でご利用いただけますので、お子さんと一緒に気軽にお越しください。

[illegible]

子育て家庭の親とその子どもの相互交流をサポートします。

お昼には、持参した昼食を食べることが出来ます。

絵本コーナーや乳児スペース、授乳室があります。

子育てサークルの運営や活動の相談をサークル支援室で行います。

午前10時～午後4時

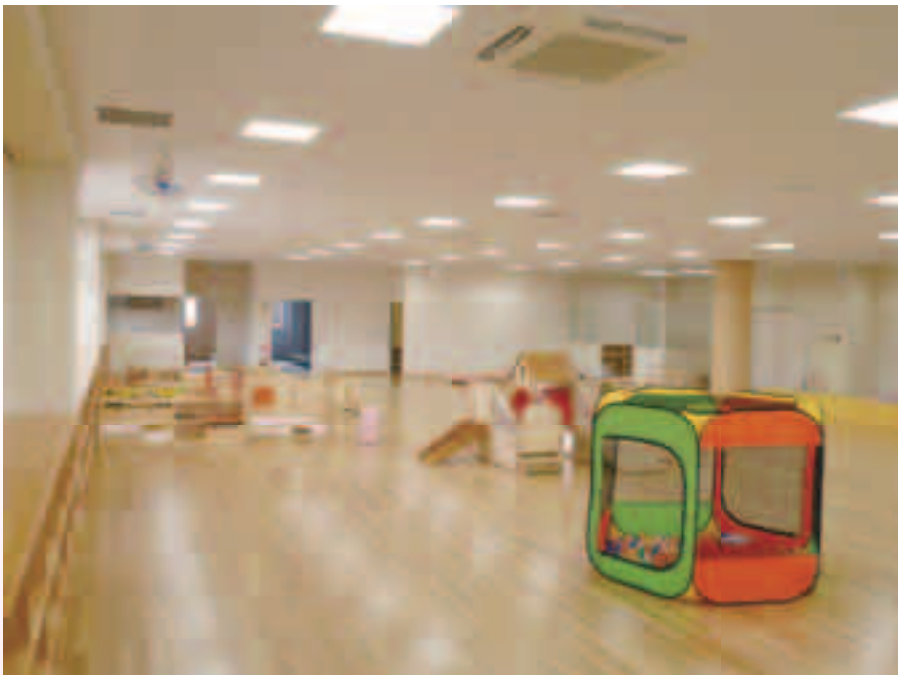
休館日 平日に休館日を設けますが、年末年始を除き、土・日曜日、祝日もご利用いただけます。

○発達相談センター

- ・専門職員による発達相談
- ・専門医による相談(月1・2回、予約制)
- ・学習会や講演会の開催

発達支援ルームでは関係機関と連携し、親子教室、幼児期のソーシャルスキルトレーニング

親子ひろば●●●●●



グ、ペアレントトレーニングなどを行います。

利用時

土・日曜日、祝日、12月29日～1月3日

○教育相談所

不登校にかかわる相談や学校生活での悩みや不安などについての相談を行います。

午前9時～午後4時

休館日

土・日曜日、祝日、12月29日～1月3日

真田三代ヒストリープロジェクトがプロデュース



日時 5月16日(日)午前10時～午後3時

場所 御屋敷公園

内容 綿あめ、ポップコーンの無料サービス(午前10時～)
食事券や商品の当たる忍者ダーツゲームやお振舞いの幸
村鍋(いずれも無料)(午前11時ごろ～)
子ども忍者の募集(午前11時40分～)
忍者寸劇、信州真田六文銭太鼓、三ツ頭獅子、真田鉄砲
隊の演武など(正午ごろ～)
三代目コロムビア・ローズさんが来場、歌謡ショーを開
催します。

参加費 無料

当日はゆきむら夢工房から、無料シャトルバスが出ます。
詳しくは、プロジェクトホームページをご覧ください。

問 真田三代ヒストリープロジェクト事務局(飯島) TEL72・2623

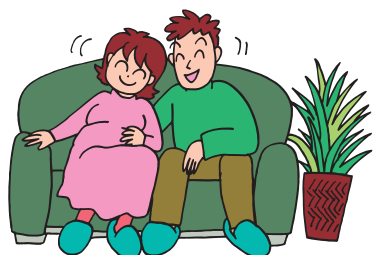
産 産業観光課 TEL72・2204

御屋敷つつじ祭り

真田地域本原にある真田氏の館跡・御屋敷公園
では、600株以上のつつじの大群生が例年5月
中旬に満開となり、大勢の人でにぎわいます。
今年は、真田町商工会本原支部の会員などを中
心とした有志が「真田三代ヒストリープロジェク
ト」を結成し、「郷土愛をはぐくみ、全国に真田
氏発祥の地を発信したい」との意気込みで、市の
わがまち魅力アップ応援事業の採択を受け「御屋
敷つつじ祭り」を開催することになりました。
皆さんもつつじ満開の公園で、春の1日を過ご
しませんか？
また、つつじが咲いている期間中、今年初めて
夜間のライトアップを行います(午後9時まで)。



外来診療が変わります



◇産科外来診療

昨年7月より休診していた水曜日午前中の産科外来診療を、
5月12日(水)から再開します。

◇婦人科外来診療

- ・5月11日(火)から予約制になります。
予約専用ダイヤル/TEL24・5029(火～金曜日の午後2時～4時)
詳細は、予約専用ダイヤルへお問い合わせください。
- ・5月13日(木)から、木曜日の診療が午後から午前になります。
詳しくは、上田市産院ホームページをご覧ください。

問 上田市産院 TEL22・1573

日帰り温泉施設のお知らせ

広報うえだ4月16日号の4ページ掲載の温泉施設の営業・休館記事に誤りがありました。正しくは以下のとおりです。訂正し、おわびします。

日帰り温泉施設の半年券、年間券の延長について

「室賀温泉ささらの湯」の増築工事のための臨時休館に伴い、日帰り温泉施設「ささらの湯」、「あいそめの湯」、「ふれあいさなだ館」及び「うつくしの湯」の半年券と年間券の有効期限を休館日数に応じ延長します。

詳しくは、各温泉施設にお問い合わせください。

問 室賀温泉ささらの湯	TEL31・1126	別所温泉あいそめの湯	TEL38・2100
真田温泉ふれあいさなだ館	TEL72・2500	武石温泉うつくしの湯	TEL85・3900

室賀温泉ささらの湯 温泉スタンド臨時休業

露天風呂増築工事に伴う源泉の工事のため、5月31日(月)～6月4日(金)までの間、臨時休業となります。

問 室賀温泉ささらの湯 TEL31・1126

市内温泉施設ゴールデンウィーク中は休まず営業

ささらの湯	ゴールデンウィーク中も通常営業。5月6日(木)～6月20日(日)は工事のため臨時休館となります。
あいそめの湯	ゴールデンウィーク中も通常営業。5月10日(月)は定休日となります。
ふれあいさなだ館	5月4日(火)の定休日でも休まず営業。11日(火)が定休日になります。
うつくしの湯	定休日の5月5日(水)は営業し、6日(木)が振替休業となります。12日(水)は定休日です。
クアハウスかけゆ	ゴールデンウィーク中も通常営業。5月11日(火)は定休日となります(Tel44・2131)。
文殊の湯	年中無休(Tel44・2288)。

訂正とおわび

信州ルネッサンス2010

開放的な野外ステージでのコンサートをはじめとするイベントを1日を通して開催します。
今年のテーマは「親子のきずな」。地域や人と人との結びつきを見直すきっかけにしませんか？

期 日 6月5日(土)(少雨決行)

場 所 信州国際音楽村

◇市民参加型のイベント

市民の皆さんによる「パフォーマンスステージ」。「ふれあい広場」では各種展示、バザーなどを開催。

◇コンサート

「野外フォークジャム 親子のきずな」

時 間 午後6時～8時(5時30分開場)

場 所 パノラマステージひびき

出 演 トワエモワ、小室等(六文銭'09)、こむろゆい、白鳥マイカ

チケット 一般3,000円、小中学生1,500円(当日はいずれも500円増)

プレイガイド 琴光堂楽器店、平安堂上田店・しおだ野店、サンピアン上田店、五味和楽器店、あさかわ、佐藤新聞店、わかまつ、セレスホール、信州国際音楽村

詳しくは、音楽村ホームページでご案内しています。

問 信州国際音楽村 TEL42・3436



信州国際音楽村開村23周年記念

催し

Information A La Carte

染屋台グリーンベルト 里やま体験ウォーキング

市では、「染屋台グリーンベルト」の保全と整備に取り組んでいます。今回は初夏の青葉の中を、整備した散策道を通って、植物や環境、歴史などを学びながら、市街地の貴重な緑の価値を見直します。

あわせて「里やま整備ボランティア」の募集も行います。

●日時 5月30日(日)午前9時～午後1時(予定)

●集合場所 中央公民館正面玄関前(午前8時40分受付開始。少雨決行)

●コース 中央公民館→英神社→染屋の森→北沢の森→上田東公園→常田池→第一中学校→信濃国分寺資料館(約5km)

●定員 50名

●持ち物 飲み物、昼食、雨具ほか

●参加費 無料

●申し込み 5月26日(木)までに住所、氏名、電話番号を公園緑地課へ。

小さな音楽会 春音(はるね)の響き

「音楽活動・器楽音」と「コカリナグループ・丸窓」の楽しいコンサート

トをお楽しみください。

●日時 5月19日(水)午後0時30分

●場所 真田温泉ふれあいさなだ館大広間ステージ(入館料必要)

●ふれあいさなだ館
TEL 72・2500

丸子金子図書館 おはなし会

「塩川おはなしの会」の皆さんによる、絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなどをお楽しみください。

●日時 5月15日(土)午前10時30分

●場所 丸子金子図書館2階
丸子金子図書館
TEL 42・2414

上田子ども劇場 第32回地域公演

今年は「劇団なんじゃもんじゃ」の公演です。



今月の表紙

決戦劇!!真田軍vs徳川軍

季節はずれの大雪に見舞われた4月17日、「第28回上田真田まつり」が開催されました。特別ゲストの俳優・城田優さんが見守る中、中央交差点では、市民有志らで結成した「上田真田まつり決戦劇プロジェクト」による、「決戦劇!!真田軍vs徳川軍」が行われました。

真田軍の三好清海入道と、徳川軍の信州プロレス・グレート☆無茶の追真の演技に、歓声があがりました。

この決戦劇には、公募により100名近い人たちが参加。練習を重ね、まつりのフィナーレを盛り上げました。

◇「きずだらけのリンゴ」上演

●日時/場所

5月21日(金)午後6時～/新田区民会館、5月23日(日)午前11時～/岩門公民館、5月23日(日)午後5時～/青木村文化会館、5月28日(金)午後6時45分～/モルティシおだ、5月29日(土)午前10時30分～/西部公民館、5月29日(土)午後3時45分～/丸子文化会館、5月30日(日)午前10時30分～/川辺町会館、5月30日(日)午後4時～/豊殿農村改善センター

◇「さよなら△また来て□まる」上演

●日時/場所
5月22日(土)午前11時～/川西公民館

◇共通事項

●チケット代(一人) 一般券1300円、家族券10000円
●上田子ども劇場
TEL 27・4756

<広告欄>



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・網膜剥離術・硝子体切除術・眼瞼内反症・眼瞼下垂症 等)

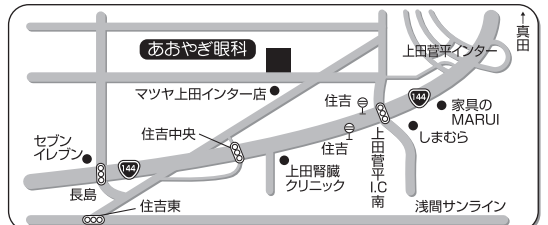
〒386-0002 上田市住吉577
(マツヤ上田インター店前)

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)



第5回市民ゴルフ大会
クローバー杯

期日	会 場	定 員 (先着順)	プレー代
7月3日(土)	上田丸子	180名	メンバー6,100円
7月4日(日)	グランヴィリオゴルフ倶楽部	220名	ビジター9,500円
7月5日(月)	上田菅平高原 グランヴィリオゴルフ倶楽部	180名	メンバー6,100円 ビジター7,000円

※すべて食事、乗用カート付、セルフプレーの料金です。

●部門 一般、シニア、グランドシニア・レディース

問

市 体育課 TEL 23・6372

●申し込み 5月10日(月)～6月18日(金)に、申込書に必要事項を記入し、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(できるだけ4人1組でお申し込みください)。

●参加費

市内在住・在勤の一般男女
一人2000円(別途プレー代)

●対象

市内在住・在勤の一般男女

●申し込み

5月10日(月)～6月18日(金)に、申込書に必要事項を記入し、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(できるだけ4人1組でお申し込みください)。

●申し込み

5月10日(月)～6月18日(金)に、申込書に必要事項を記入し、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(できるだけ4人1組でお申し込みください)。

●申し込み

5月10日(月)～6月18日(金)に、申込書に必要事項を記入し、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(できるだけ4人1組でお申し込みください)。

●申し込み

5月10日(月)～6月18日(金)に、申込書に必要事項を記入し、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(できるだけ4人1組でお申し込みください)。

●申し込み

5月10日(月)～6月18日(金)に、申込書に必要事項を記入し、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(できるだけ4人1組でお申し込みください)。

●申し込み

5月10日(月)～6月18日(金)に、申込書に必要事項を記入し、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(できるだけ4人1組でお申し込みください)。

●申し込み

5月10日(月)～6月18日(金)に、申込書に必要事項を記入し、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(できるだけ4人1組でお申し込みください)。

●申し込み

5月10日(月)～6月18日(金)に、申込書に必要事項を記入し、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(できるだけ4人1組でお申し込みください)。

●申し込み

5月10日(月)～6月18日(金)に、申込書に必要事項を記入し、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(できるだけ4人1組でお申し込みください)。

●申し込み

5月10日(月)～6月18日(金)に、申込書に必要事項を記入し、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(できるだけ4人1組でお申し込みください)。

●申し込み

5月10日(月)～6月18日(金)に、申込書に必要事項を記入し、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(できるだけ4人1組でお申し込みください)。

●申し込み

5月10日(月)～6月18日(金)に、申込書に必要事項を記入し、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(できるだけ4人1組でお申し込みください)。

上田地域就職面接会

合同就職面接会を開催します。各社の人事担当者が会社の概要を説明し、質問にお答えします。

●日時 5月24日(月)午後1時～4時

●場所 上田東急イン・国際21クリスタルホール

●対象 平成23年3月に各種学校等卒業見込みの方、及び卒業後3年目くらいまでの方

●申し込み

上田公共職業安定所

TEL 23・8609

講座・教室

Information A La Carte

丸子公民館
カルチャースクール

●開講期間 5月下旬～平成23年3月

●場所 丸子公民館

●受講資格 市内在住及び在勤の成人の方

●講座内容 ①友禅(第1・3火曜日の午前)、②暮らしを彩る折り紙(第2水曜日の午後)、③丸子の里自然観察(第2・4木曜日の午前)、④ジュエリークロッシェ(第1・3金曜日の午前)、⑤ボードカービング(第1・3金曜日の午後)

●年間受講料 ①③④⑤/2000円、②/1000円(いずれも別

催し/講座・教室

後)

●申し込み

5月10日(月)以降、電話で公園緑地課へ。

●その他 作業のできる服装でお出

かけください。

●申し込み

5月10日(月)以降、電話で公園緑地課へ。

●申し込み

5月10日(月)以降、電話で公園緑地課へ。

●申し込み

●募集人数 ①②④⑤各10名、③20名(先着順。5名に満たない場合は開講しません)

●申し込み

5月14日(金)(必着)まで

にはがき、またはFAXで、希望講座名、住所、氏名、電話番号を記入のうえ、丸子公民館へ。受講が決まった方にはがきで通知し、開講できない時は電話連絡します。

●申し込み

5月14日(金)(必着)まで

にはがき、またはFAXで、希望講座名、住所、氏名、電話番号を記入のうえ、丸子公民館へ。受講が決まった方にはがきで通知し、開講できない時は電話連絡します。

●申し込み

5月14日(金)(必着)まで

にはがき、またはFAXで、希望講座名、住所、氏名、電話番号を記入のうえ、丸子公民館へ。受講が決まった方にはがきで通知し、開講できない時は電話連絡します。

●申し込み

5月14日(金)(必着)まで

にはがき、またはFAXで、希望講座名、住所、氏名、電話番号を記入のうえ、丸子公民館へ。受講が決まった方にはがきで通知し、開講できない時は電話連絡します。

●申し込み

5月14日(金)(必着)まで

にはがき、またはFAXで、希望講座名、住所、氏名、電話番号を記入のうえ、丸子公民館へ。受講が決まった方にはがきで通知し、開講できない時は電話連絡します。

●申し込み

5月14日(金)(必着)まで

にはがき、またはFAXで、希望講座名、住所、氏名、電話番号を記入のうえ、丸子公民館へ。受講が決まった方にはがきで通知し、開講できない時は電話連絡します。

●申し込み

5月14日(金)(必着)まで

にはがき、またはFAXで、希望講座名、住所、氏名、電話番号を記入のうえ、丸子公民館へ。受講が決まった方にはがきで通知し、開講できない時は電話連絡します。

●申し込み

5月14日(金)(必着)まで

にはがき、またはFAXで、希望講座名、住所、氏名、電話番号を記入のうえ、丸子公民館へ。受講が決まった方にはがきで通知し、開講できない時は電話連絡します。

●申し込み

5月14日(金)(必着)まで

にはがき、またはFAXで、希望講座名、住所、氏名、電話番号を記入のうえ、丸子公民館へ。受講が決まった方にはがきで通知し、開講できない時は電話連絡します。

●申し込み

5月14日(金)(必着)まで

にはがき、またはFAXで、希望講座名、住所、氏名、電話番号を記入のうえ、丸子公民館へ。受講が決まった方にはがきで通知し、開講できない時は電話連絡します。

●申し込み

5月14日(金)(必着)まで

バラづくり講習会

●日時 5月25日(火)午前9時30分～11時30分(雨天決行)

●場所 信州国際音楽村

●内容 栽培の基礎、植えつけについて

●講師 「上田バラの会」の皆さん

●定員 先着40名

●申し込み 5月10日(月)以降、電話で公園緑地課へ。

●その他 作業のできる服装でお出

かけください。

●申し込み

5月10日(月)以降、電話で公園緑地課へ。

●申し込み

5月10日(月)以降、電話で公園緑地課へ。

●申し込み

5月10日(月)以降、電話で公園緑地課へ。

●申し込み

5月10日(月)以降、電話で公園緑地課へ。

●申し込み

問

丸子公民館 ☎ 3861040

4 上丸子159212

TEL 42・3147

FAX 42・0303

問

市 公園緑地課 TEL 23・5134



<広告欄>

「総合保障2型」なら

月掛金 **2,000円** で

幅広いリスクに備えられます。

1 手厚い入院保障

2 死亡保障も充実

3 割安な掛金

入院 交通事故 不慮の事故 **5,000円***入院 病 気 **4,500円***死亡 交通事故 **1,000万円**

*5日以上入院が保障の対象です。●18歳～60歳の保障額を抜粋しています。

【ここでは共済制度の概要を記載しています。制度や保障内容等、くわしくは県民共済までお問い合わせください】

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 県民共済放送「YES!」
県民共済 聞いておくといい
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各金融機関
から「お申し込み」のうえに「お申し込み」
の窓口でもお申し込みいただけます。

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



外国籍の子どもの支援 ボランティア入門講座

外国籍の子どもたちの豊かな未来のために、日本語や教科学習等をサポートするボランティアの入門講座です。終了後は、子どものサポートや事業の企画など、他のグループとも連携しながら活動します。

●日時 6月5日～7月24日(毎週土曜日、全8回)午後2時～4時

●場所 市民プラザ・ゆう

●内容 ①6月5日/子どもの現状、②6月12日/社会、地域、居場所、③6月19日/子どもの安心とは、④6月26日/子どもの進路、

⑤7月3日/言語の受容発信、⑥7月10日/言語習得と学力、⑦7月17日/母語と自己確認、⑧7月24日/活動実践へ向けて

●定員 40名程度(参加費無料)

●申し込み 5月28日(金)までに電話または上田市ホームページから。

●問い合わせ 市民課 TEL 23・5334

子育てする親を 応援するプログラム

カナダ生まれの子育て中の親応援プログラム「ノーバディーズパーフェクト(完璧な親なんていない)プログラム」は、参加者みんなでテーマを決めて話し合い、学び合い、支え合う中で、自分なりの子育てを探

していきます。ファシリテーター(進行役)が、皆さんのお手伝いをします。

●日時 6月7日・14日・21日・28日、7月5日・12日の月曜日午前10時～正午

●場所 ひとまちげんき・健康プラザうへだ(上田合同庁舎西側)

●対象 0歳～就園前のお子さんと保護者

●募集人数 10名(託児あり)

●受講料 無料(おやつ代300円は別途必要)

●申し込み 5月25日(火)までに電話で子育て・子育て支援課へ。

●問い合わせ 子育て・子育て支援課 TEL 23・5106

日商簿記3級 資格取得準備講座

簿記の基礎知識を学び就職、転職に役立てましょう。11月の試験に向けて学習します。

●日時 6月22日～11月16日の毎週火曜日(全20回、ただし、8月3日・17日は休み)。午後6時30分～8時30分

●場所 市民プラザ・ゆう

●対象 市内在住、在勤の方

●定員 先着30名

●受講料 6000円(別途テキスト代/3冊で4515円)

●申し込み 5月10日(月)～6月16日(水)に受講料を添えて市民プラザ・

講座・教室

ゆうへ。

●市民プラザ・ゆう
TEL 27・2988

写真撮影 スキルアップセミナー

プロの写真家の指導のもと、ライティングの手法を使って、物品をきれいに撮影する方法を学びます。また、露出補正やホワイトバランスの設定など、デジタルカメラに付属する機能を活用して、より鮮やかな写真を撮る方法を紹介します。

●日時 5月29日(土)午前10時～午後4時

●場所 マルチメディア情報センター

●対象 商品や物品などを上手に撮影したい方、ライティング機材を使った物品の撮影に興味のある方。

●定員 先着16名

●指導 小島アツシ氏(フォトグラフィアー、上田市出身)

●料金 2000円

●その他 カメラはセンターのコンパクトデジタルカメラを使用(先着10名)。ご自分のデジタルカメラの設定方法が分かる方は持参可。

●申し込み 5月14日(金)から電話でマルチメディア情報センターへ。

●問い合わせ マルチメディア情報センター
TEL 39・1000

<広告欄>

佐久市根岸 日帰り温泉「のぞみサンピア佐久」に併設
住宅型有料老人ホーム

『ウエルハウスのぞみサンピア佐久』

一般居室
介護居室

入居者募集中

◎ディサービスセンター◎ヘルパーステーション◎訪問看護ステーション 併設
◎お問い合わせ・資料請求は下記までお気軽にどうぞ

のぞみグループ本部 事業主体 有限会社エスポワール
0267-22-9274 関連法人

天然温泉付

ペット同居可
(ドッグラン完備・一般居室のみ)

一般居室 体験入居者受付中
1泊(お一人様) 7,000円

温泉入浴・食事(3食/1泊)
1週間以上ご利用の場合週1回の居室清掃
1泊～4ヶ月以内のご利用に限りです

医療法人清秀会・社会福祉法人のぞみ福祉会
(有)シルバーケアのぞみ・株のぞみ

のぞみサンピア佐久 10:30～21:00
日帰り温泉 ●大人500円
●小学生300円



ドッグラン

9:00～日没
ワンちゃん1匹300円

ワンちゃんと
お食事ができます

レストランエスポワール
11:00(土日祝のみ)～20:30

大好評 毎月変わる季節のメニュー

0267-63-3900 佐久市根岸3203-2

緑豊かな地球を大切にしよう。 命の営みを感じて

塩田中央保育園

塩田中央保育園は、塩田地域のほぼ中央に位置しています。園からは、子どもたちに大人気の別所線の丸窓電車や、画家・原田泰治さんの楽しい絵が描かれたラッピング電車が見えます。園庭に赤い電車の遊具が設置された、素敵な保育園です。

自然が大変豊かで、園周辺の神社の境内で遊んだり、小川でカニやカブトエビを捕まえたり、草原でねびる(のびる)採りをしたりなど、散歩や戸外遊びを多くし、原体験を重ねる中で、いろいろなものを見て、学び、考え、判断し、解決していこうとする力や心の育ちを大切にしています。

平成14年から続けている「緑豊かな地球をみんなで守ろう」をテーマとしたエコ活



エコレンジャー出動!
「ごみの分別ができていかな」

動では、ごみの分別や食べ物、水を大切にすることなどを、園全体で取り組んでいます。年長さんがエコレンジャーになって「ごみをちゃんと分けて捨てていますか?」「これはプラごみだよな」など、各クラスを回ってごみの分別ができていかなエコチェックをしています。

また、地域の方々の協力を得ながら行っている菜園活動では、給食で出る生ごみなどを、微生物を使ってたい肥化し、それを有効利用してレタス、スイカ、じゃがいも、さつまいもなどを栽培しています。無農薬で育てた安心・安全な野菜を、給食室で調

理してもらい、時には「このスイカとってもあまいよ」といながらおいしくいただきます。これらの活動を積み重ねることにより、エコ意識と豊かな感性が培われた子どもたちに成長しています。

保育園の畑で「こんなにスイカがとれたよ」



丸子公民館 初級・中級英会話教室

●期日 6月～平成23年3月(前期・後期各10回の年間20回)
●コース 初級(初心者対象、外国人講師/火曜日の午後7時～8時)、中級(日本人講師/金曜日の午後7時～8時)、いずれも月2

回程度

●場所 丸子公民館

●募集人数 各20名(先着順)

●対象 市内在住、在勤の成人の方

●受講料 2万円(前期・後期各1万円)

●申し込み

住所、氏名、電話番号、希望のコースを電話で丸子公民館へ。

●その他

応募者が定員の半分以上にならないと、開講できない場合があります。

丸子公民館 TEL 42・3147

<広告欄>



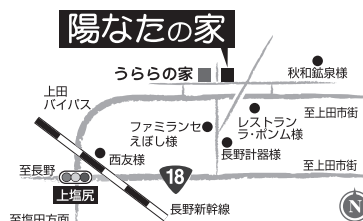
空と大地と
木と土と
家族を見守る
長生き住まい

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すまい最高等級の家(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ればご案内致します。



美し信州建設株式会社

TEL 0268-27-6667
上田市中条1268-1 FAX0268-27-6672
http://www.sinshuu.co.jp

募集

ワールドキャンパスインターナショナルの ホストファミリーと実行委員募集

ワールドキャンパスインターナショナルは、世界中の若者約30人が約3か月間、ホームステイしながら日本各都市を回り、日本の文化を学んだり各地の特性を生かした活動を地域住民と協働で行います。今年も上田市で7月11日(日)～19日(月)の滞在を予定しています。

そこで、この若者たちを受け入れてくれるホストファミリーを募集します。また、企画運営に携わる実行委員も募集します。皆さんのご協力をお願いします。

- 応募方法 電話またはFAXで。ホストファミリーを希望される方には、申し込み用紙をお送りします。ホストファミリーは、定員になり次第、締め切りとなります。

☎ 社会教育課
TEL42・3147
FAX42・0303



講座・教室

温泉で体操を楽しむ会

無理なく楽しみながらできるリズム体操、ボディパーカッション、ストレッチ体操で、心と体をリフレッシュしませんか。

- 日時 5月18日(火)、6月1日(火)・8日(火)午前10時～11時30分
- 場所 別所温泉あいそめの湯
- 講師 宮本恵美氏(スポーツインストラクター)
- 対象 市内在住の方
- 定員 先着30名
- 申し込み 5月11日(火)以降、電話であいそめの湯へ。

インターバル速歩講座 (6～10月)参加者募集

歩数計のような小さな測定装置(熟大メイト)をつけて、速い歩きとゆっくり歩きを交互に繰り返して歩くインターバル速歩。一般のウォーキングよりも短期間で持久力や体力アップの効果が得られ、また体脂肪

- 持ち物 運動靴(上はき)、タオル、飲み物、運動しやすい服装でお願いください。
- 参加費 無料(入浴する方は入浴料500円)
- 問い合わせ あいそめの湯 TEL38・2100

や血中脂質などの値の改善も期待できます。

- 日程 講座の前後に体力測定を実施し、その効果を値で実感しましょう。「体力測定と血液検査、熟大メイトの使い方」講座は、次のいずれかの日程で行います。

- ① 6月7日(月)午前8時30分～
 - ② 6月9日(水)午前8時30分～
 - ③ 6月14日(月)午後1時～
 - ④ 6月16日(水)午後7時～
- その後、各自で4か月間のインターバル速歩を実践し、10月に再び体力測定を行います。

- 場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ内総合保健センター(上田合同庁舎西側)

- 対象 20歳以上の上田市民で、①④のいずれかの日程に必ず参加できる方

- 募集定員 ①～④各12名(応募多数の場合抽選)

- 参加費 3000円

- 申し込み 5月21日(金)までに電話で健康推進課へ。

☎ 健康推進課 TEL28・7123

塩田の郷マレット ゴルフ場初心者講習会

- 日時 5月15日(土)午前8時30分受付開始(雨天決行)
- 場所 塩田の郷マレットゴルフ場
- 定員 先着50名
- 参加費 1000円(軽食代、用

<広告欄>

ご予約メニュー 500円割引 実施中 6月30日迄

3,000円コース (税込3,150円)

先付、すき焼き、お刺身、小鉢(2種)、天ぷら、茶わんむし、さらだ、うどん、ちらし寿司、デザート

3日前迄に要予約・4名様以上より

その他、2,500円(税込2,625円)コース、2,000円(税込2,100円)コースもごございます。お気軽にお問い合わせください。

*時期により料理内容が変わる場合がございます

お子様ハッピーフェア 開催中 5月1日～5日迄

お連れのお小学生以下のお子様におこさまうどんプレゼント!!

- おこさまかけうどん
- おこさまきつねうどん
- おこさま天ぷらうどん

プラス157円(税込)で、おかずをおつけできます。

*期間中、お食事をご注文頂いた大人の方1名様につき、こーごの小学生以下のお子様、お一人様に「おこさまうどん」を1品サービス。

手延べうどん こーごの里

上田産業道路店

〈営業時間〉11:00～23:00 年中無休

〒386-0014 上田市材木町2-9-88

☎0268-21-7251

募集

資源循環型施設建設候補地の公募 5月31日(月)の締め切り迫る！

上田、丸子及び東部クリーンセンターの老朽化に伴い、上田地域広域連合が建設計画を進めている統合ごみ処理施設「資源循環型施設(統合クリーンセンター・統合リサイクルプラザ)」の建設候補地を公募しています。

公募についての説明会を7回(うち上田市で5回)開催し、約180人の参加がありました。

説明会では、「施設規模(1日の最大焼却量150t)は適正であるか」、「搬入車両はどの程度を見込んでいるのか」、「なぜ3クリーンセンターを統合するのか」、「環境への影響はないか」などのご質問をいただき、施設規模を決定した経緯、搬入車両は1日300台程度を見込んでいること、施設を統合する必要性や新しい施設の安全性などを説明しました。

応募の要件、方法などは次のとおりです。

- 公募範囲 上田市、東御市、長和町、青木村
- 応募条件 施設用地として、おおむね2ha(20,000㎡)程度の土地があること
- 応募方法 自治会長・区長、または地権者の有志・団体の皆さんからの応募とします。

所定の申込書で上田地域広域連合または廃棄物対策課、丸子・真田・武石地域自治センター市民生活課へ。

公募の締め切りが迫っていますが、個別の説明会や焼却施設の視察など、ご要望により実施しますので、遠慮なくお問い合わせください。

また、地元の皆さんとは、「施設の建設に関すること」、「アクセス道路など施設周辺の基盤整備に関すること」、「地域のまちづくりなど、地域全体の振興に関すること」など、協議をしながら進めていきます。

詳しくは、上田市ホームページ、上田地域広域連合広報紙・ホームページをご覧ください。

問 上田地域広域連合ごみ処理広域化推進室 TEL43・8818

市 廃棄物対策課 TEL22・0666

丸 市民生活課 TEL42・1054

真 市民生活課 TEL72・0154

武 市民生活課 TEL85・2827

具代、保険料含む。当日徴収します。

●申し込み 5月13日(木)までに、電話またはFAXで塩田の郷マレットゴルフ場へ。

問 塩田の郷マレットゴルフ場
TEL/FAX 39・4455

●日時 6月16日からの毎週水曜日、午前10時～正午(全9回)

シニア・レディース
ゴルフ(夏期)教室

●場所 上田ゴルフセンター

●募集対象 市内在住・在勤の女性及び50歳以上の男性

●定員 30名

●参加費 3600円(初日に徴収)

●申し込み 5月10日(月)～6月3日(木)に体育課、または上田城跡公園体育館、自然運動公園体育館、丸子総合体育館、真田・武石地域教育事務所体育担当へ。

問 市 体育課 TEL23・6372

長野病院
第48回市民公開講座

●日時 5月22日(土)午後1時30分～2時30分

●場所 長野病院研修棟3階講堂

●講演 「動脈硬化について」

●参加費 無料(参加者は駐車場無料、予約不要)

問 長野病院 TEL22・1890

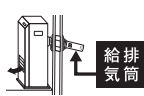
<広告欄>



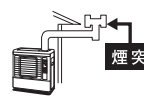
24～18年前のナショナルFF式石油暖房機を探しています

今でも対象機種が見つかります いま一度、ご確認をお願いします

下記対象製品は事故に至る危険性があります 排気ガスが室内に漏れ出し、場合によっては死亡事故に至るおそれがあります



OK-2525 OK-3525 OK-3536 OK-2526HA OK-303B OK-R501F
OK-2526 OK-3526 OK-3537 OK-3527HA OK-402B OK-V501F
OK-2535 OK-3527 OK-4020 OK-4020HA OK-403B OK-U501AF
OK-2536 OK-3535 OK-4030 OK-302B OK-R500F



煙突 OK-R800C
OK-R800AC

お問い合わせは、フリーダイヤル電話(無料) (携帯電話・PHSからもご利用できます)
右記専用電話(フリーダイヤル)または、
ご購入販売店もしくは最寄りの
パナソニックのお店までお願いします 受付時間9時～17時(土・祝日を除く)

0120-872-773

フリーダイヤルFAX(無料) インターネット <http://panasonic.co.jp/>
パナソニック株式会社(旧社名:松下電器産業株式会社) FF市場対策本部
〒639-1188 奈良県大和郡山田町800番地

お客様からご提供いただきました氏名・住所・電話番号などの「個人情報」は対象製品のお引き取り、点検修理の目的以外には使用いたしません

募集

Information A La Carte

夏休みの思い出を 国際交流で

中学生の皆さん、夏休みを利用して、上田市の友好都市である「ブルームフィールド市郡」にホームステイをしてみませんか？

詳細は、各中学校から配布する募集要項をご覧ください。

●期間 7月31日(土)～8月11日(水)
(12日間)

●滞在先 アメリカ合衆国コロラド州ブルームフィールド市郡

●対象 市内在住の中学生

●定員 15名(応募者多数の場合、選考のうえ決定)

●参加費 自己負担額20万円程度

●申し込み 5月17日(月)までに、丸子社会教育課へ申請書を持参または郵送(必着)。

問 社会教育課 TEL 42・3147

市民健康体力づくりの日 参加者を随時募集

●日時 毎週木曜日の午前9時30分～正午(年44回)

●場所 上田城跡公園第二体育館ほか

●内容 フォークダンス、バドミントン、ピンポン、太極拳、スマイルボウリング、腰痛健康体操。各グループに分かれて活動します。

募集

●対象 どなたでも参加可。

●持ち物 室内用運動靴

●参加費 1回200円、年会費1000円

●申し込み 電話で開催日を確認のうえ、直接お越しください。

問 上田市体育協会事務局
TEL 27・9400

依田窪プール アルバイト募集

●募集 ①監視員10名程度、②看護師若干名

●応募資格 原則として1日勤務できる方で、①は18歳以上の健康な方(高校生は不可)、②は看護師資格をお持ちの方。

●勤務時間 6月26日(土)～8月29日(日)の午前8時30分～午後4時30分

●勤務内容 ①プールの監視及び清掃など、②けがの応急処置

●賃金 ①時給880円、②時給1100円

●応募方法 6月4日(金)までに写真付き履歴書(②は資格証明書の写し添付)を、丸子地域振興公社(丸子地域自治センター3階)へ持参してください。その場で面接を行います。可否は6月11日(金)までに通知します。

問 (社)丸子地域振興公社
TEL 42・1003

電話の受け手 ボランティア募集

チャイルドラインうえだでは、子どもからの悩みごとなどの相談を電話で受けていただけるボランティアを募集します。

電話を受ける「受け手」になるためには「受け手養成講座(全12回)」を受講していただきます。

受け手の対象は18歳以上で、月1・2回、水曜日から木曜日の午後4時～9時の間で2時間30分くらい活動できる方です。

問 チャイルドラインうえだ事務局
TEL 090・3565・7086

上田市スポーツ少年団 団員追加募集

●追加種目 野球、剣道、サッカー、ミニバス、テニスなど。

●対象 小学1年生～高校3年生の男女

●申込締切 6月30日(水)
詳しくはお問い合わせください。

問 (財)上田市体育協会事務局
TEL 27・9400

<広告欄>

医療法人三折堂

宮下 医院

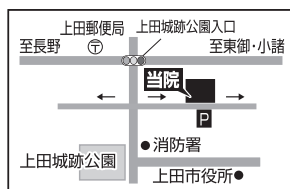
神経内科・内科・胃腸内科

〒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

炭焼き窯を作る技術の伝承を しようとり組みが始まりました。

鶴岡一生さん つるおか・かずお

わがまち魅力アップ応援事業を機に発足した「武石炭人すみびと会」。炭焼き窯を作る技術を持つ方が減りつつある現在、技術の伝承をしようと取り組みが始まりました。坂口信茂のぶしげさん(下の写真後列中央)と品川恒重つねしげさん(前列左)を指導者に、5人の会員が活動しています。

鉄骨などの支えもなく、石と土だけで作る炭焼き窯。特に、天井を組むのは難しく、その技術はすごいものだといひます。窯は、高温でも割れない石を選んで使い、土は粘土質のものを佐久方面から運んで作るのだそうです。

昨年は20窯焼いて、2tの炭を出しました。「窯を作る体験会を開いたところ、県下から大勢の方に来ていただきました」と代表の鶴岡一生さん(下の写真後列右)。体験会の

参加者の中にはその後、個人で窯を作った方もいるといひます。

また、武石小学校の3年生を対象にした体験学習会では、パネルを使って炭焼きの説明をしたり、炭を出すところの見学をしてもらったほか、薪割り、炭焼きいもも好評でした。

「子どもたちが、

作文を書いて送ってくれました。それを読むと、何としても続けていかなければいけないと思ひましたね。二酸化炭素を固定化する唯一の方法として炭は見直されている中、山の荒廃を防ぐなど、環境問題にも貢献できる活動だと思ひています」と鶴岡さんは話していましたが、

写真後列左は会員の坂口茂寿しげとしさん、前列右は下村孝明たかあきさんです。



武石炭人会の「伝統炭焼き復興事業」は平成21年度に、わがまち魅力アップ応援事業の採択を受け、2年目を迎えました。昨年度は、主に窯作りや炭用の原木の購入に補助金が使われました。小学生を対象にした体験学習会は、今年度も予定されています。補助金の対象となっているこうした事業のほかにも、別所温泉に観光客誘致のための窯を作りたいとの話が出ていたり、姉妹都市の練馬区の子どもたちにも炭焼きのことを教える機会を持とうといった話も出ているなど、活動が広がりを見せています。



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>

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!

学習旅行(沖縄) ときわ祭

信州大学 教育学部 / 同志社大学 文化情報学部 / 北陸大学 薬学部 / 日本大学 文理学部 / 日本薬科大学 医療薬学部 / 帝塚山学院大学 文学部 / 信州大学 現代文化学部 / 長野大学 社会福祉学部 / 東海大学 総合福祉学部 / 拓殖大学 商学部 / 駿河台大学 法学部 / 帝京大学 文学部 / 長野救命医療専門学校 / 長野医療衛生専門学校 / 長野カレッジオブキャリア / 長野調理製菓専門学校 / 上田市医師会付属看護専門学校(その他多数)

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 長野県上田市常盤城2-6-4 ☎0268-26-5515 国際高等学院長野校 検索

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

もつと楽に、もつと楽しくコミュニケーションしましょう!
職場でも、家庭でも使えるコミュニケーションスキル!!

コーチング入門実践講座

■日時……6月3日・10日・17日・24日・7月1日(木)
19:00~21:00【計10時間】

■会場……上田創造館 ■受講料…18,000円

お申し込み 信州コーチング研究所 検索
お問い合わせ TEL.0268-39-1901

初日 無料体験!!

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(有)ダンディ信濃・トミー企画(TEL23・1706)へ。

「うえだの四季」写真コンテスト年間の部の入賞者を発表します

「うえだの四季」写真コンテスト年間の部の表彰式を、3月1日に市役所本庁舎6階で開催しました。平成21年度は春・夏・秋・冬の部において、合計251名、759点の作品が寄せられました。今回の入賞者は次のとおりです（敬称略）。



市長賞

「お散歩」 鳥川洋二



最優秀賞

「コスモスの花咲く頃」 西澤昭夫

優秀賞



「青春謳歌」 小宮山英樹



「三頭獅子」 小福田友明



「朝陽に映える」 柳澤英三



「冬のオアシス」 矢幡正夫



「たいじワールドインうえだ」
小林重明

入選
(18名)

石井順也、岩下直、打江美恵子、北沢昭徳、小林武彦、小林芳子、酒井史夫、高尾道雄、竹内綾子、田中健嗣、続敏男、鳥川由美子、西川賢治、西川善昭、西澤ミエ子、柳沢峰夫、横内和多良、横田好博

「信州上田観光フォトコンテスト」作品を募集
あなたの写真が上田のポスターに！

平成22年度から「『うえだの四季』写真コンテスト」の名称と事務局を変更し、応募作品をポスター、パンフレットなどへ広く活用することで、上田の新たな名所旧跡の発掘や更なる観光振興に資するため、観光に特化した「信州上田観光フォトコンテスト」を実施しています。

応募作品は四季折々の上田らしさを象徴する作品で、上田の魅力を広くPRできるものとし、上田全域を撮影対象とします。

応募期間 11月1日(月)～平成23年1月31日(月)

募集部門 一般部門(18歳以上)、ジュニア部門(18歳未満)

応募規定

- ①応募写真は、四つ切サイズ(四つ切ワイド不可、デジカメはA4でも可)での応募に限ります。
- ②フィルムカメラ、デジタルカメラを問わない。ただし、画像の合成処理などの加工をした作品は失格とします。
- ③応募対象は、平成21年4月以降に本人が撮影した未発表作品とし、過去に他のコンテストなどに入賞、または応募中の作品は対象外です。
- ④応募作品は原則的に返却しません。
- ⑤入選者は、原版(ネガ、ポジまたデジタルの場合はデータの入ったCD-R等の記録媒体)を指定期日までに提出してください。指定期日までに提出がない場合は、入賞を取り消します。

応募点数 一人2点まで

作品審査 平成23年2月(予定)

応募先 信州上田観光フォトコンテスト事務局(上田市観光会館2階)

なお、応募方法などの詳細は、上田市ホームページ「信州上田観光情報」の写真サイト、または市内公共施設(公民館など)へ配置してある募集チラシをご覧ください。

皆様のご応募をお待ちしています。

問 信州上田観光フォトコンテスト事務局(上田観光コンベンション協会内) TEL23・5408

武石の子育て支援の拠点施設「ふれんず」が完成 子どもたちの健やかな成長を願って



武石地域念願の児童館が完成し、4月6日に開館しました。武石小学校の隣接地に建設された児童館は、木造平屋建てで遊戯室や調理室、図書コーナーなど床面積は512㎡。乳幼児連れの親子が利用しやすいように、授乳コーナーや簡易シャワーも設置されています。また、学童保育所ピーターパンも併設しており、児童館と学童保育所、子育て支援所の三つの機能を兼ね備えた地域の子育て拠点施設として利用されていきます。親しみやすい施設になるようにと愛称の募集を行い、地域内外から応募があった324の名称の中から「ふれんず」に決定しました。

ふれんずの指定管理者になった武石地域住民有志による「武石子育て支援を考える会」の会長・橋詰真由美さんは、「武石の子は武石住民の手で育てる」という意識でがんばりたい」と話してくれました。

開館日午後には早速、木の香りに包まれた遊戯室の中を、裸足になって走り回る元気な武石っ子の声が響いていました。



「信州国際音楽村すいせん祭り」が3月下旬から4月中旬まで開催され、音楽村の南側斜面、約3000㎡には今年も約10万本の黄色いすいせんが見事に咲きました。

信州国際音楽村のすいせんは、地元住民の方や、ボラン

ティアの皆さん、音楽村職員で手入れをして育ててきたもので、すいせん祭りは花の開花に合わせて毎年実施しています。祭りの期間中は、切花の販売やイベントも多く開催され、きれいな花の前で親子連れなどが記念写真を撮る風景も多く見られました。市内外から多くの観光客が訪れる、お花見スポットになっています。

4月11日には暖かな春の日差しの中、すいせんを使った草木染め講習会、プラスバンドやハーモニカの演奏などもあり、訪れた花見客はみんな、普段の忙しい日々を忘れ、穏やかな1日を過ごしていました。

信州国際音楽村すいせん祭り

10万本のすいせんが公園に広がる



4月18日、真田中央公民館大ホールで「真田図書館サポーターの会」設立総会が開催され、加入する真田・上田地域の図書館ボランティアの皆さん82人と5団体からおおよそ40人が出席しました。

会は、市民の生涯学習活動、情報発信の拠点として地域の皆さんに身近で親しまれる図書館づくりを、市民と行政が一緒になって実現することを目的に設立されました。会長に選ばれた渡辺猛さんは、「自分たちのできる範囲で、楽しく図書館の運営の支援をしていきたい」と話していました。また、サポーターに登録している真田中学校の生徒・若林梨沙さんと大日方エイミーさんは、参加動機について、「本が好きで、本にかかわった仕事をしてみたい」と思っただけから」と言い、これからの自分の役割について「みんなが使いやすいくなるよう本の整理をしていきたい。そして、たくさんの方に図書館を好きになってもらえるようなアイディアを出していきたい」と話してくれました。



「真田図書館サポーターの会」を設立 地域に支えられる図書館に



4月10日、「第2回上田城^{しろあか} 城灯りの景^え」が開催されました。このイベントは上田城と大阪城との友好城郭提携を縁に、昨年から開催されています。

ソメイヨシノが見ごろを迎えたこの日、夜7時の行灯^{あんどん}への点火を合図に、メイン会場の上田城跡公園野球場で大迫力の花火が打ち上げられると、1万人を超える観客のボルテージも一気にヒートアップ。と同時に、球場いっぱいに並べられた約1万個の行灯の灯りが浮かび上がり、幻想的な世界が広がりました。そして、ヴァイオリンとピアノによるインストゥルメンタルユニット「TSUKEMÉN」、上田を舞台とした「城下町ブルース」でおなじみの三代目コロムビア・ローズさんによるミニライブが行われました。

また、大手町通りには2,000個の行灯が並べられ、その一つひとつには、市内の小学生が自分の夢や願いなどを書いたメッセージが添えられました。

上田城 城灯りの景
咲き誇る千本桜・花火・
行灯・音楽が融合





「森の恵み地域の恵み探険隊」で
文部科学大臣賞を受賞
提供／長野大学

長野大学が、長野県緑の基金と企画・統括に携わったインターネット教材「森の恵み地域の恵み探険隊」みんなでつくる信濃の国の物語」が、第10回インターネット活用教育実践コンクール(文部科学省等の主催)で文部科学大臣賞(社会教育部門)を受賞しました。

制作に参加した、長野県内13地域のチームも同時受賞者です。上田市からは信州上田千曲川少年団、学生地域くらし創り考房こみっと、ヤマンバの会が参加し「千曲川・源流と里川」を制作しました。

表彰式は3月19日に東京・霞が関で行われ、高井美穂文部科学大臣政務官から表彰状を受け取りました(上の写真)。翌週26日には、長野大学の前川道博准教授(下の写真右)、こみっとの竹内充事務局長(同写真中央)が市の小山壽一教育長(同写真左)を訪問し、受賞報告をしました。

「森の恵み地域の恵み探険隊」
<http://megumi.idori-joho.gr.jp/>



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。