

広報

うえだ

お知らせ版



1 No. 92
.16

平成22年／2010

お役に立つ
お知らせから
催し情報など
盛りだくさん♪



冬の一夜の幻想的な世界

第10回武石アイスクャンドル祭

ともしび博物館入り口から、庭園内に約350本のアイスクャンドルを灯します。冬の一夜の幻想的な世界をお楽しみください。

第10回記念として来場者がキャンドルにあかりをとますコーナー、クイズに正解して記念品がもらえるコーナーなどもあります。温かいとん汁を用意して、皆様のご来館をお待ちしています。

日時 2月6日(土)
午後6時～8時30分

場所 武石ともしび博物館

入場料 無料

問 武石教育事務所 TEL85・2030



経済講演会

大田区中小製造業の生き残り戦略



山田伸顕さん

経済環境激変の今、中小企業はどこに活路を見出すべきか。世界でも有数の工業集積地である東京都の大田区で中小企業支援にかかわってきたキーパーソンと、国内外から高い評価を得ている企業経営者を招き、中小製造業の生き残り戦略を聞きます。

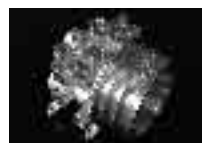
日時 2月16日(火) 午後4時～6時

場所 丸子文化会館

講師 山田伸顕氏(助大田区産業振興協会専務理事)
中西忠輔氏(三益工業(株)社長。2009年に経済産業省「元気なモノ作り企業300社」に選定)

申し込み 電話で事務局まで。

問 丸子工業振興会事務局(丸産業観光課内) TEL42・1047



研究・学習の成果を発表します!

第26回真田地域消費生活展

テーマは、「こどもたちと のこそう ふるさと 真田の自然」。
皆様のお越しをお待ちしています。

日時 1月30日(土) 午前10時～午後2時30分

場所 真田公民館

内容 消費者団体や真田地域の小中学校による、環境・食生活・健康などについて研究・学習した内容のパネル展示。フリーマーケットや展示即売会。小学生によるステージ発表と消費生活に関する寸劇。来場者には、悪質商法防止啓発オリジナルトイレットペーパーをプレゼント。アンケート回答者はハズレなしの抽選会に参加できます。

参加費 無料



問 真市民生活課 TEL72・0154

期 日	行 事	問 い 合 せ 先
3日(水)	北向観音節分会	北向観音堂 TEL38・2023
	生島足島神社節分追儺祭	生島足島神社 TEL38・2755
4日(木)	依田窪勤労者部落解放学校講座 「命を励ます歌たち」	丸社会教育課 TEL42・6682
6日(土)	シリーズ文化講演会(第1回)	市文化振興課 TEL23・6361
	第10回武石アイスクャンドル祭	武石教育事務所 TEL85・2030
7日(日)	第9回うえだ子ども文化祭	市文化振興課 TEL23・6361
8日(月)	戸沢のねじと馬引き	真産業観光課 TEL72・2200
11日(木)	2010FIS菅平高原カップ(・12日)	真田地域教育事務所 TEL72・2655
13日(土)	信州国際音楽村 バレンタインコンサート2010	信州国際音楽村 TEL42・3436
16日(火)	経済講演会 「大田区中小製造業の生き残り戦略」	丸子工業振興会事務局 (丸産業観光課内) TEL42・1047
18日(木)	依田川リバーフロント市民協働事業 「市民会議」	丸地域振興課 TEL42・1011
	平成21年度人権セミナー (第2講座「心が育つとき」)	丸社会教育課 TEL42・6682
20日(土)	第51回菅平シュナイダー記念スキー大会 【ノルディックシリーズ】(・21日)	真田地域教育事務所 TEL72・2655
21日(日)	第17回ともしびの里芸能祭	武石公民館 TEL85・2030
26日(金)	第47回丸子詩歌祭入選作品展(～3月6日)	丸社会教育課 TEL42・3147
27日(土)	シリーズ文化講演会(第2回)	市文化振興課 TEL23・6361

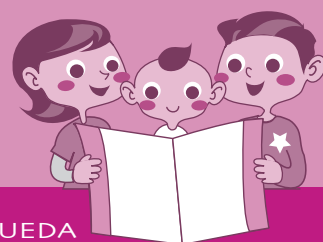
主な内容

CONTENTS

- 01 武石アイスクャンドル祭 ほか
- 02 イベント・ナビ
- 03 情報ぴっくあっぷ
- 04 情報あ・ら・かると(お知らせ)
(催し)
(講座・教室)
(募集)
- 12 文芸
- 13 シニア対象の学びの場
- 14 各施設イベント紹介
／不用品交換情報
- 15 2月の乳幼児健診・教室
- 16 2月の相談コーナー



上田市
携帯サイト



UEDA
INFORMATION PAPER

第2回車座トークinうえだ

PickUp!

「上田で持続可能な暮らしをさぐる」ワークショップ

第2回のテーマは『選ぶ暮らし』～わかっていそうで、よくわからない『持続可能な暮らし』。ためにみんなでつくってみませんか～。

だれもが日々選択しながら暮らしています。暮らしの色々な場面で何を選んでいくかを一緒に考えてみましょう。答えは一つではありません。ゲーム感覚でご参加ください(わがまち魅力アップ応援事業)。

- 日時 1月30日(土) 午後1時30分～4時30分
- 場所 中央公民館2階第1会議室
- 講師 竹内秀夫氏(一級建築士)
- 参加費 500円(資料代)
- 申し込み 資料準備のため、できるだけ事前に電話でご連絡ください。
- 託児 無料。1歳児以上。1月26日(火)までに電話で予約してください。

問 六ヶ所会議inうえだ事務局(藤川) TEL080・5146・9937

例えば夕食に使う
大根を手に入れるのに、

スーパーで買う

生協で注文する

八百屋で買う

自分で作る

畑で作っている友人から
買う

You have a
CHOICE!





「街なか観光」に出かけませんか

PickUp!

上田城を築いた真田氏が、一族の所縁の地から商人などを移住させ、城下に住ませ「海野町」、「原町」としたことが今の中心商店街のもと。豊かな歴史と商業関係者の想いに溢れているところです。ぜひ、「街なか観光」で城下町上田の魅力に出会ってください。

●観光客気分で街なか散策

まず、上田城跡公園前の「上田市観光会館」で、上田紬や農民美術工芸品、銘菓、地酒など地元の名産品を見ながら観光をスタート。冬でも暖かい服装で、十勇士ジェラートはいかがですか。

ここで、上田の観光パンフレットを入手します。まちなか散策には「歩こう信州上田城下町MAP」。おみやげ処を探すなら、上田商工会議所作成のパンフレット「逸品ものがたり」がお勧めです。

また、上田のことを知るには、上田城跡公園内の上田市立博物館、上田城櫓(冬期は休館)、山本鼎記念館を回ってみてはいかがでしょうか。さらに原町の池波正太郎真田太平記館、国分の信濃国分寺資料館へもという方には、お得な5館共通券(500円、一般のみ、別に団体割引あり)があります。

「上田観光ボランティアガイドの会」の皆さんにガイドをお願いすると、より観光客気分も高まり、手軽に学習できます。上田城跡コース、城下町コース(各1000円、7日以上前の申込必要)がお勧めです。詳しくは、上田観光コンベンション協会事務局(市観光課内 TEL23・5408)へお問い合わせください。



●市街地のまつり・イベント

1月の上田市消防出初式から始まり、春には上田城千本桜まつりと上田真田まつり、うえだこどもまつり。夏には祇園祭、上田わっしょい、UEDA JOINT、信州上田七夕まつり、信州上田大花火大会。そして、秋から冬にかけては信州上田紅葉まつり、上田駅お城口広場の上田天神灯の祭典と、市街地では季節ごとに様々な催しが開催されています。

ほかにも、各商店街振興組合や商店会で独自にまちを盛り上げるイベントが催されています。

海野町では昨年、「フードサミット」が4回開催され、地元の食材や旬の食材の販売でにぎわいました。

原町一番街商店会では「幸村まつり」が行われ、昨年は公募によりキャラクターデザイン・「真田幸丸くん」を作成し、真田幸村ファンの集いには全国から歴史好きが集結しました。

松尾町の「エコイベント」では昨年、電気自動車展示や太陽光パネルの発電効率比較などの展示を行い、街なかからエコな生活スタイルを提案しました。

天神では「ナイトバザール」や「ハッピーハロウィーン」で、子どもたちにも喜んでもらいました。

また周辺商店会でも、「本町祭」や「柳町の寄席」などが開催され、まちを盛り上げようと頑張っています。ほかにも、信州大学繊維学部が運営するオンデマンド・リメイクの「軍手ィ」、NPO法人フォレスト工房もくりの木工品、柳町のコミュニティレストラン、上田のすてき会や蚕都プロジェクトのまち歩き、上田でんき館の上田で撮影された映画の上映など、魅力がいっぱい。昨年大ヒットしたアニメ映画「サマーウォーズ」は、上田が舞台。映画には商店街の風景も登場しています。皆さんのお越しをお待ちしています。

問 市商工課 TEL23・5396

●近く予定されているイベント

「信州上田真田六文銭フェスティバル」原町一番街

- 期日 2月6日(土)・7日(日) ●場所 ほかりホールほか
- 内容
 - ・NHK大河ドラマ「天地人」作者・火坂雅志氏講演会「現代に生きる真田スピリッツ。今をどう生きるか」／6日(土)午後2時～3時30分
 - ・戦国居酒屋、火坂氏との交流会／6日(土)午後6時～8時(会場は商工会議所、参加費2,000円)
 - ・同時開催／火坂雅志氏サイン会、全国真田グッズ販売会、真田市
- 参加
 - ・原則無料。ただし、火坂氏講演会及び戦国居酒屋は、1月18日～25日(当日消印有効)の間に往復はがき(1枚につき2名まで)で、うえだ原町一番街商店会へ。



火坂雅志さん

問 うえだ原町一番街商店会(〒386-0012中央3-3-18) TEL25・2110



お知らせ

市県民税住宅ローン控除
が制度改正されます

平成21年度の税制改正により、市県民税に「住宅借入金等特別控除」が創設されました。昨年までは、所得税の確定申告または年末調整で住宅借入金等特別控除をしてから、「市県民税 住宅借入金等特別税額控除申告書」の提出による申告が必要でしたが、今年からこの申告書を提出しなくても市・県民税から住宅ローン控除（住宅借入金等特別控除）されます。

●控除対象 所得税の確定申告または年末調整で住宅借入金等特別控除をして、所得税で引ききれなかった住宅ローン控除額がある方で、平成11～18年及び21～25年までに入居の方のみ。

※19～20年までに入居した方は、所得税の控除期間を15年に延長する特例が設けられているため対象外です。

問 市税務課 TEL 23・5115

第8回都市計画審議会

上田市都市計画審議会を開催します。傍聴を希望する方はお出かけください。

●日時 1月22日(金)午前10時～

●場所 市役所本庁舎6階大会議室
●内容 準工業地域における特別用途地区の指定について

●申し込み 当日開会30分前から会場入口で傍聴希望を受け付けます。なお、会場の都合により入場を制限することがあります。

問 市都市計画課 TEL 23・5127

麻しん風しんの予防接種
早めの接種を

麻しん風しんの予防接種を忘れていませんか。対象者には、あらかじめ封書で通知文と予診票を送付してあります。法定接種期間内に個別接種実施医療機関に予約をしてから、接種にお出かけください。

なお、インフルエンザ予防接種をした後でも、接種後6日以上の間隔をおくと麻しん風しんの予防接種が可能です。

問 市健康推進課 TEL 28・7124

農地を相続した方は
届出が必要です

農地法が改正され、平成21年12月15日以降に農地を相続した方は、農業委員会への届出が必要となりました。印鑑及び相続したことがわかる書類（課税明細書、相続登記の完了証など）をご持参のうえ、最寄りの農業委員会事務局で届出をお願いします。

問 市農業委員会事務局

TEL 23・5466

丸子地域事務所

TEL 42・1037

真田地域事務所

TEL 72・4330

武石地域事務所

TEL 85・2828

2010年世界農林業
センサスが実施されます

農林水産省では、平成22年2月1日を基準日に、「2010年世界農林業センサス」を実施します。

この調査は、我が国の農林業・農村地域の実態を明らかにする最も基本的な統計調査です。1月中旬から調査員が農林業を営む皆さんのお宅を訪問しますので、調査票に農林業の経営状況などの記入をお願いします。

問 市情報推進課

TEL 22・4100（内線1229）

高齢者の障害者・医療費
控除の申告の書類を発行

●障害者控除 要介護認定を受けている65歳以上で身体障害者・知的障害者に準ずると認定された方、またはその方を扶養している方は、障害者手帳などがなくても、障害者控除対象者認定書を交付します（年齢にかかわらず、半年以

サンピアン^{上田} 生徒募集!

全コース 無料体験レッスン受付中!!

★アトリエランド (幼児科) 2～5歳 はじめて音楽を学ぶお子さまのために、はじめてからレッスンにオルガンやピアノを取り入れ、自然にその感受性を引き出します。	★ピアノ科 ピアノに触れる楽しさ、上達するうれしさ。ピアノ科は、自分の手で奏でる喜びを味わうことで、音楽を楽しむ心を育みます。	★大人のピアノ科 弾きたかったあの曲を、あなたの手で。	★キッズドラムコース 楽しく、しっかりドラムをマスター。
		★フルート科 基礎から学びたい。楽しみながらレパートリーを増やそう。	★ハーモニカ科 誰でも楽しく簡単に楽器演奏ができます。グループレッスン

お問い合わせ **サンピアン^{上田}センター教室**

0120-14-7748 長野県上田市常磐城5-1-14

他の教室でレッスンを諦めた人、是非サンピアン音楽教室でレッスンを受けてみてください!!
個人レッスンで、生徒さんに合わせたレッスンを実施しています。



市 上田市役所

☎ 22・4100 (代) FAX 25・4100 (代)

丸 丸子地域自治センター ☎ 42・3100 (代) FAX 43・3666 (代)

真 真田地域自治センター ☎ 72・2200 (代) FAX 72・4140 (代)

武 武石地域自治センター ☎ 85・2311 (代) FAX 85・2313 (代)

お知らせ

マークご参照

知って得する国民年金 (付加年金について)

国民年金加入者(第1号被保険者及び任意加入被保険者)の方は、希望により月々の定額保険料(1万4660円)に付加保険料(月額4000円)を納めることで、65歳から受け取る老齢基礎年金の年額に付加年金を上乗せして受け取ることができます。受取額は2000円×付加保険料納付月数となります。

なお、国民年金基金に加入している方及び第3号被保険者(会社員や公務員に扶養されている妻など)は

上寝たきりで複雑な介護を要する方は、申告に認定書は不要です。医療費控除 要介護認定を受けていて、おむつ代について医療費控除を受けるのが2年目以降の方で、寝たきりの状態、尿失禁の発生の可能性がある方は、医師によるおむつ使用証明書に代わる書類を交付します。ただし、初めての医療費控除を受ける方は医師による証明書が必要です。

いづれも申請が必要です。状態によっては対象にならない場合もありますので、まずはご相談ください。

市 高齢者介護課

丸 健康福祉課 TEL 23・5140
真 健康福祉課 TEL 42・0092
武 健康福祉課 TEL 72・4700
武 健康福祉課 TEL 85・2119

お知らせ

公の施設を管理する指定管理者を決定しました

平成22年4月1日から公の施設の管理を行う指定管理者が、市議会12月定例会で議決され、正式に決定しましたのでお知らせします。

施設の名称	指定管理者	募集方法	指定の期間	担当課
塩田の郷 マレットゴルフ場	(社)上田地域シルバー人材センター	公募	～平成25年 3月31日	市体育課
市民の森馬術場	上田乗馬倶楽部	非公募	～平成27年 3月31日	
武石児童館	武石子育て支援を 考える会	公募	～平成24年 3月31日	武石地域 教育事務所
学童保育所 ピーターパン				
鹿教湯健康センター(クアハウス かけゆ)	(社)丸子地域 振興公社	非公募	～平成23年 3月31日	丸産業 観光課
鹿教湯温泉 国民宿舎鹿月荘				
城下地区 防災センター	城下地区防災 センター 管理運営委員会		～平成27年 3月31日	市消防 総務課

市 行政改革推進室 TEL22・4100(内線1932)

女性のための、暮らしの中の悩みごと相談所

女性人権擁護委員が女性に対する

申し込みできません。手続きは、市役所国保年金課または各地域自治センターへ。制度については、年金事務所へお問い合わせください。

市 小諸年金事務所
TEL 0267・22・1080

暴力やセクハラ、子ども同士のいじめ、家庭内の悩み事などの相談を受けします。相談は無料で、秘密は固く守られます。当日直接お越しください。

市 対象 悩みごとのある女性
市 場所 上田情報ライブラリーセミナールーム
市 日時 1月28日(木)午後1時～4時
市 場所 上田情報ライブラリーセミナールーム
市 対象 悩みごとのある女性
市 場所 上田人権擁護委員協議会(長野地方事務局上田支局内)
TEL 23・2001

※ 市 丸 真 武

マークは左上をご参照ください。

補聴器無料お試し体験会開催

『補聴器は雑音がうるさくて』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ください。



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、初めてのご使用を考えている方に、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。

補聴器用電池1パックいつでも 630円

補聴器ご購入のポイント

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

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

世界の補聴器のリードメーカー、オーティコン、シーメンス補聴器etc

北陸補聴器株式会社 身体障害者福祉法補聴器委託契約店

信濃補聴器センター

上田市中央3丁目5-22 上田市ふれあい福祉センターとなり

☎(0268)23-0428

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





公害防止条例が 統合されます

これまで暫定施行してきた旧市町村条例を統合し、新たな市公害防止条例を4月1日から施行します。法律や県条例と合わせて公害を防止するための条例です。

●主な内容 ①指定の工場・事業場に対し、汚水などの排出規制や届出の義務(旧条例で届出済みの場合は再届出不要)。②指定の建設作業に対し、騒音の規制や届出の義務。③生活排水など日常生活に対する規制。

詳しくは、上田市ホームページでご覧になれます。

●市生活環境課 TEL 23・5120

電源立地地域対策交付金 事業で整備しました

発電施設のある市町村に交付される「電源立地地域対策交付金」で、丸子地域郷仕川原地区の農業用排水路改修工事を行いました。

●丸地域振興課 TEL 42・1011

上田地域 合同企業ガイダンス

合同企業説明会を行います。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 2月19日(金)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月に大学、短大、各種学校等卒業見込みの方
●その他 当日午前10時から、ずずらんの間で「ガイダンス100%活用術セミナー」を開催します。

●上田職業安定協会(上田商工会議所内) TEL 22・4500

花き・野菜 新規栽培者相談会

上小地域の花・野菜の状況や栽培技術など、JA信州うえだの営農技術員、上小農業改良普及センターの担当者が説明し、相談に応じます。新たに農業を始めてみたい方はご参加ください。お近くの会場に直接お越しください。

●日時 1月31日(日)午前10時～正午
●場所 JA信州うえだ農産物流通センター、よだくば南部営農センター、モルティしおだ

●JA信州うえだ営農部園芸販売課 TEL 23・4084

多重債務でお悩みの方へ

返済しきれないほどの借金を抱えお悩みの方を対象に、相談内容に応じ弁護士・司法書士などを紹介します(秘密厳守・相談無料)。

●受付時間 月～金曜日(祝日を除く)午前8時30分～正午、午後1時～4時30分

●場所 長野第2合同庁舎5階(長野市旭町1108)

●財務省関東財務局長野財務事務所「多重債務相談窓口」
TEL 026・2334・2970

無料申告相談会と 青色コーナー

◇税理士会上田支部による無料申告相談会

●期間/場所/対象

・2月1日(月)～15日(月)(土日・祝日と9日(火)を除く)／上田税務署別館2階会議室／所得税の還付を受ける、給与所得者及び年金受給者
・2月16日(火)～3月11日(木)(土日を除く)／上田市民会館2階会議室／小規模事業所得者など(消費税申告含む)、給与所得者及び年金受給者。いずれも、譲渡所得のある方を除く。

◇青色申告連合会による青色コーナー

●期間/場所 3月8日(月)～11日(木)／上田市民会館2階会議室
※いずれも時間は、午前9時～正午と午後1時～4時(受付は午後3時まで)

※所得税の還付を受ける確定申告は1月から税務署でできます。

●上田税務署 TEL 22・1234

各種眼科手術に対応した設備と治療技術で、健やかな「視」生活をサポートします!!

さとう眼科クリニック

診療内容

●一般眼科診療

●眼科手術

●網膜・硝子体手術 ●白内障・緑内障手術 ●眼瞼手術(眼瞼下垂・三重手術など) ●涙道内視鏡手術 ●コンタクトレンズ

《診療時間》

午前／(受付8:30) 診療 9:00～12:00

※土曜日は12:30まで

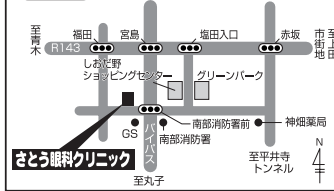
午後／(受付2:00) 診療 2:30～5:00

《休診日》土曜日午後・日曜日・祝日

TEL(0268)38-2011

〒386-1103 上田市神畑437 FAX.0268-38-2012

《案内図》





市 上田市役所

☎ 22・4100 (代) FAX 25・4100 (代)

丸 丸子地域自治センター ☎ 42・3100 (代) FAX 43・3666 (代)

真 真田地域自治センター ☎ 72・2200 (代) FAX 72・4140 (代)

武 武石地域自治センター ☎ 85・2311 (代) FAX 85・2313 (代)

お知らせ

定期監査の結果を公表します

地方自治法第199条第4項の規定により、毎年度市の機関の「財務に関する事務」と「経営に係る事業の管理」についての定期監査を実施しています。平成21年度の定期監査を実施しましたので、その結果をお知らせします。

上田市監査委員 高寺 誠
同 下村 聖

●定期監査の実施期間

平成21年5月9日～10月29日

●対象・範囲

上田市の全部局を対象に、平成20年度に係る事務・事業の執行状況について

●監査の方法

執行された事務・事業が関係法令等に準拠し、適正かつ効率的に行われているかを主眼に実施。関係書類、帳簿等の点検、照合などを行うとともに、抽出により建設工事の実地検査を行いました。また、全部局より説明を受け、必要と思われる事項について聞き取りを行いました。

●監査の結果

おおむね適正に執行されているものと認められましたが、一部に改善、検討を要するものが見受けられたので、各課所に対し必要な措置を求めました。

●主な指摘事項

改善、是正を求めた主なものは次のとおりです。(報告書原文を掲載)

■歳入の調定時期

特に過年度滞納繰越分の調定について、現年度分とあわせて出納整理期間終了後に処理されている

事例や、収入時にあわせて随時調定されている事例が見受けられた。過年度滞納繰越分には出納整理期間の適用がないため4月当初に、また債権管理上その総額をもって調定処理を行うよう改められたい。

■支払いの遅延

地方公共団体において準用される「政府契約の支払遅延防止等に関する法律」に抵触する支払いの遅延事例が見受けられた。相手方からの適法な支払請求の受理後においては、定時支払日及び関係書類の会計課への提出期限等に留意のうえ、速やかに支払いを行われたい。

■給付等検査の時期

契約に基づく給付等の検査について、地方公共団体において準用される「政府契約の支払遅延防止等に関する法律」に規定される期限内に遅れ行われている事例が見受けられた。相手方から給付を終了した旨の通知を受けた日から、工事については14日以内、その他の給付については10日以内に検査を完了されたい。

■不合理な分割施工

工事及び委託業務の施工に際し、

本来一体として競争入札に付すべきと考えられる内容を分割し、地方自治法施行令第167条の2第1項第1号及び財務規則第119条による小額随意契約の適用により執行されているものが見受けられた。経費面も含め執行上の合理性、妥当性を欠く事例であり、適正な事務執行に改められたい。

■印紙税額の誤り

印紙税の課税文書に相当する契約書において、規定金額でない印紙が貼付されている事例が見受けられた。印紙税法上の文書種類に依^{ちやうふ}じ、適用に疑義がある場合は所轄当局等へ確認のうえ適正に処理されたい。

■過誤納金の戻入

過誤納等に伴い、支出を行った年度の出納整理期日以内に返納された戻入金について、当該年度の歳入として収入処理されているものが見受けられた。その戻入金の属する年度が出納閉鎖期日以前であれば、支払いをした支出科目への戻入処理として改められたい。

問 市監査委員事務局 TEL23・5463

クラーク記念国際高等学校(通信制・単位制)

夢の実現を目指して共に学ぼう!

12/22 クリスマス会

高卒認定コース 全日型コース
〒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

連日開催中
不登校生学習相談会
学校説明会

合格実績(抜粋)
信州大学 教育学部
同志社大学 文化情報学部
帝京大学 文学部
日本大学 文理学部
帝塚山学院大学 文学部
駿河台大学 現代文化学部
長野大学 社会福祉学部
源徳大学 総合福祉学部
拓殖大学 商学部
駿河台大学 法学部
長野教員医療専門学校
長野医療衛生専門学校
長野リハビリテーション学校
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)

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

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

●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)



菅平シユナイダー記念 スキー大会・アルペン

「第51回菅平シユナイダー記念スキー大会アルペンシリーズ」を開催します。

●期日 3月13日(土)

●場所 菅平高原バインビークオオマツスキー場

●内容 アルペン一般大回転競技(大会要項、参加申込書は上田市ホームページに掲載しています)

●対象 1～13部まで年代別 詳細は、事務局までお問い合わせください

●参加費 一人1種目3000円、小・中学生は1500円

●応募締切 2月22日(月)正午必着
●スキー大会事務局(真田地域教育事務所内) TEL 72・2655

オウム真理教犯罪被害者 給付金のご案内

オウム真理教による、松本・地下鉄サリン事件等の犯罪行為により身体的被害を受けた方やご遺族に給付金支給が行われています。申請手続きなどを説明しますので、お問い合わせください。

●申請締切 平成22年12月17日(金)

●長野県警察本部警務部警務課・犯罪被害者支援室
TEL 026・233・0110

催し

ごみを減らそう講演会

家庭から出る「生ごみ」を「燃やすごみ」としてではなく、資源として上手に活用できるよう、ごみを減らすための講演会を開催します。

●日時 2月24日(水)午後1時30分

●場所 中央公民館3階大会議室
●演題 「安全・安心な生ごみ堆肥の作り方・使い方」

●講師 藤原俊六郎氏(社)農林水産技術情報協会技術主幹、明治大学農学部客員教授、農学博士

●参加費 無料(申込不要)

●市廃棄物対策課
TEL 22・0666

第9回 うえだ子ども文化祭

上田市文化少年団に加盟する9団体から約350名の子どもたちが参加し、舞台や展示の多彩な発表を行います。今回は川辺小学校合唱班がゲスト出演します。

地域の子どもたちの輝く姿をぜひご覧ください。ご来場をお待ちしています。

●日時 2月6日(土)・7日(日)午後1時～4時ごろ(ステージ発表は7日のみ。午後0時30分開場)

●場所 上田創造館文化ホール

●入場料 無料

●上田市文化少年団事務局(市文化振興課内) TEL 23・6361



平成21年度 上小児童生徒版画展

●日時 1月23日(土)～31日(日)午前9時～午後4時30分(最終日は、午後3時30分まで。1月27日(水)は休館日)。

●場所 山本鼎記念館1階第2展示室

●内容 上小地域の小中学生の版画作品を展示

●入場料 無料(そのほかの展示室は有料)

●上小美術教育研究会事務局(塩田中学校内・小山)
TEL 38・2501

目指せ志望校合格

大逆転の法則

スーパー家庭教師が合格へと導きます!

1月 2月 3月

合格は1発合格

長野県家庭教師協会

信頼のブランドスーパー家庭教師 全国160都市で地域教育に貢献 派遣実績31年

長野県家庭教師協会

お問い合わせは 二重丸で オールナンバーワン

0120-00-1111

このフリーダイヤルは最寄りの事務局につながりますが、携帯電話からはつながりませんのでご注意ください

— 無料教育相談実施中 —

スーパー家庭教師 検索

上田事務局 上田中央1-6 小林ビル2F
0268(24)1515(代)

長野・須坂・中野・屋代・小諸・佐久
松本・塩尻・岡谷・諏訪・伊那・飯田

5つの安心

教師交わり 年金費 選抜料なし
電話勧誘 教材販売なし



市 上田市役所

☎ 22・4100 (代) FAX 25・4100 (代)

丸 丸子地域自治センター ☎ 42・3100 (代) FAX 43・3666 (代)

真 真田地域自治センター ☎ 72・2200 (代) FAX 72・4140 (代)

武 武石地域自治センター ☎ 85・2311 (代) FAX 85・2313 (代)

マークで参照

平成22年度上田市スポーツ少年団 新入団員募集

■合同募集会

●日時 3月7日(日)午前10時～11時

●場所 県営上田野球場

定員になり次第締め切ります。

第1・第2希望を決めて募集会へお越しください。

募集対象は、平成22年4月1日現在の新学年です。



種 目	募集対象	定 員
卓 球	小3～高3男女	制限なし
剣 道	中央	制限なし
	東	20名
	南	制限なし
	※神科	
	※豊殿	
	※川西	
	※塩田	
ソフトテニス	小3～中3男女	100名
テニス(硬式)	小1～5男女	30名
ミニバスケットボール	小4～6男女	150名
軟式野球	小1～5男女	制限なし
少年硬式野球 上田リーグ	小1～中2男女	制限なし
少年硬式野球 上田南リーグ	小1～中2男子 (千曲川左岸在住)	30名
南ジュニア スポーツクラブ	小1男子 (千曲川左岸在住)	30名
サッカー	小2～6男女	各学年15名
F・C東上田 (サッカー)	小1～6男女	各学年18名
上田ジェンシャン (サッカー)	小1～3男女	各学年20名
神川F・C (サッカー)	小1～6男女	100名
上田南F・C (サッカー)	園児(年中) ～小6男女	各学年20名

種 目	募集対象	定 員
陸上競技	小1～6男女	100名
相 撲	小1～高3男女	30名
柔 道	小1～6男女	50名
空手道	小1～高3男女	30名
合気道	小3～高3男女	30名
少林寺拳法	小1～5男女	20名
武道空手	園児～中3男女	制限なし
バドミントン	小4～中3男女	15名
レスリング	小1～中3男女	20名
ハンドボール	小1～中3男女	30名
ゴルフ	小3～高3男女	10名
ソフトボール	小3～中3女子	30名
ラグビー	小1～中3男女	制限なし
アーチェリー	小4～中3男女	30名
乗馬	小4～高3男女	10名
※塩田少年野球教室	小3～6男女	各学年10名
上田ジュニア (バレーボール)	小1～5男女	各学年10名
※塩田V・B・C (バレーボール)	小1～6男女	各学年20名
※バレーボール 上野が丘 (神科・豊殿地区在住)	小3～中3男女	30名

※印は公民館、指導者が独自で募集を行います。
詳しくは学校で配られる募集案内をご覧ください。

問 (財)上田市体育協会事務局 TEL27・9400

sugadaira kogen ski & snowboard park

菅平高原 奥ダボススキー場

ソリあるよ! レンタル無料!

その広告をご持参下さい
当スキー場内「フライングフォックス」にて
ソフトドリンクをプレゼント!!
※この広告ご持参の方、お一人様1杯限り(期間)今シーズン限り

★詳しい情報はコチラから... <http://www.ski-davos.jp> お得な情報が満載です!!

奥ダボススキー場 スキー・スノーボードスクール情報

米沢省吾 プロスキースクール

ボールで遊べば上手くなる!!

新開校 JUNGLE SLALOM

★ママのレッスン料が無料になります★
小学生以下のお子様が入籍されているお母さんはレッスン料が無料

セッションクラブスキー&スノーボードスクール (SIA公認校) 競技スキーを専門に指導
★ジュニア競技スキー入門★ 初めて競技をするジュニアから、大会を目指すジュニアまで

初登場 スムキヤット

雪上車に乗って根子岳ツアー!!
奥ダボス 第1トリプルリフト 山頂スタート
4kmのダウンヒル

1月より運行予定
※積雪状況により
変更の可能性あり

楽しみ DAY 2/14(日) バレンタインDAY
3/14(日) ホワイトDAY

毎月第3日曜日は スキー「子供の日」
小学生以下のお子様限定!! 当日リフト券無料!!

信州菅平高原 奥ダボススキー場 ルートイングループ上田リゾート観光(株)
〒386-2204 長野県上田市菅平高原 1223-3307 ☎0268-74-3009



音楽村恒例 新春寄席

●日時 1月24日(日)午後2時開演
(開場1時30分)

●場所 信州国際音楽村 ホールこ
だま

●出演 柳家さん喬、瀧川鯉昇、柳
家喬四郎、瀧川鯉ちゃ

●料金 (全席自由)一般2000
円(当日2500円)、小中学生
1000円(当日1500円)

●問 (財)信州国際音楽村
TEL 42・3436

依田川リバーフロント
市民協働事業を開催

依田川リバーフロント市民協働事業実行委員会では、依田川、内川、千曲川流域全体のネットワークづくりを目的に、依田川リバーフロント市民協働事業の一環として「川の絵・写真展」と「市民会議」を開催します。皆さんのお越しをお待ちしています。

◇川の絵・写真展

市民の皆さんから応募いただいた身近な川「依田川、内川、千曲川」の絵・写真を展示します。

●日時 1月13日(水)～2月26日(金)午前9時～午後5時

●場所 丸子地域自治センター1階ロビー

◇市民会議

アレチウリ駆除活動先進事例報告と一斉駆除の取り組み提案、川に関する各種団体の意見交換を行います。

●日時 2月18日(木)午後5時～

●場所 丸子地域自治センター4階講堂

●問 実行委員会事務局(丸)地域振興課内 TEL 42・1011

平成21年度山本県記念館
美術教室作品展

山本県の「自分が直接感じたものが尊い」という考え方を基本にして、1年間、「自分らしさ」を作品の中に表現しようと、創作に励んできた受講生の力作をご覧ください。

●展示会名/開催日時

・洋画A教室展(初心者、OB)／2月6日(土)～11日(木)

・洋画B教室展(経験者)／2月13日(土)～18日(木)

・版画教室展(初心者、経験者)／2月20日(土)～25日(木)

・木彫教室展(初心者、経験者、OB)／2月27日(土)～3月4日(木)

いずれも午前9時～午後4時30分(各展覧会の最終日は午後3時まで)。なお、2月10日・17日・24日、3月3日の水曜日と、祝日の翌日にあたる2月12日(金)は休館。

●場所 山本県記念館1階講習室

●入場料 無料(ほかの展示室は有料)

●問 山本県記念館 TEL 22・2693

上小地域障害者就業支援
ネットワークセミナー

障害者を雇用している、または雇用を検討している企業に対し、精神科医師、社会保険労務士が社員のセルフケア及び雇用メリットについて講演します。参加は無料で、どなたでも受講できます。

●日時 2月5日(金)午後1時～

●場所 上田創造館1階文化ホール

●問 上小地域障害者就業・生活支援センター シェイク
TEL 27・2039

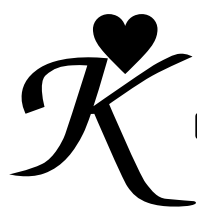
いきいき講演会

●日時 2月6日(土)午後1時30分開演

●場所 丸子文化会館セレスホール

●演題 「無言館」のこと

●講師 窪島誠一郎氏(無言館館長)
●入場料 無料



医療法人

診療科目 内科・外科・リハビリテーション科

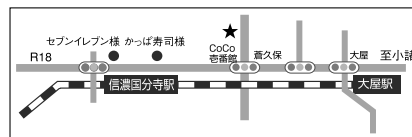
かながわクリニック

夜7:00まで診療いたします。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	—
午後 4:00～7:00	○	○	○	—	○	—	—

●休診日/日曜日・祝日
(急患はこの限りではありません)
上田市蒼久保 1144-1

TEL 0268-34-5151





マークご参照

市 上田市役所

☎ 22・4100 (代) FAX 25・4100 (代)

丸 丸子地域自治センター ☎ 42・3100 (代) FAX 43・3666 (代)

真 真田地域自治センター ☎ 72・2200 (代) FAX 72・4140 (代)

武 武石地域自治センター ☎ 85・2311 (代) FAX 85・2313 (代)

講座・教室

●その他 展示室で会員作品展も同時開催します。

問 上田地域シルバー人材センター
TEL 23・6002

入園・入学おめでとう講座 布袋を作ろう

子どもさんの好きな布で給食袋・絵本袋などを作ります。

●日時 2月15日(月)、3月1日(月) 午前10時～11時30分

●場所 中央公民館

●講師 下谷よし枝さん(布工房代表)

●定員 各12名(託児あり)

●受講料 1回1000円

●持ち物 作りたい物の布、付属品、裁縫道具、持参できる方はミシン

●申し込み 2月8日(月)までに電話で中央公民館へ。

問 中央公民館 TEL 22・0760

子育て応援講座 ベビーサイン

まだ話ができない赤ちゃんも、手話やジェスチャーを使ってコミュニケーションをとみましょう。

●日時 2月8日(月)、3月8日(月) 午前10時30分～11時30分

●場所 中央公民館

●講師 池田みさき氏(日本ベビーサイン協会認定講師)

●定員 15組(おすわりできることから1歳6か月までのお子さんと保護者)

●受講料 2000円

●申し込み 1月29日(金)までに電話で中央公民館へ。

問 中央公民館 TEL 22・0760

自然の香りを楽しむ会

●期日／内容 2月1日(月)／節分にちなんだ豆ポプリ作り、2月16日(火)／ハーブティールによる花粉症対策について学ぶ

●時間 午前10時～正午

●場所 別所温泉あいそめの湯

●対象 市内在住で2回参加できる方

●定員 先着30名

●申し込み 1月18日(月)以降、電話であいそめの湯へ。

●参加費 無料(入浴する方は入浴料500円)

問 あいそめの湯 TEL 38・2100

メタボ解消と予防講座 健康セミナー

●日時 ①1月22日(金)午前9時30分～正午、②2月24日(水)午後1時～3時30分

●場所 丸子保健センター

●内容 ①保健運動編(室内でできる運動)、②栄養編(調理実習)

●対象 おおむね65歳までの方

●定員 各30名

●参加費 ①1000円、②2000円

問 丸子保健センター

TEL 42・1117

平成21年度 人権セミナー

第1講座を次のように開催します。

●日時 1月27日(水)午後6時～

●場所 丸子文化会館小ホール

●演題 「老いてもなお生き生きと」

●講師 上村富江氏(元全労済在宅介護サービセンター所長)

●参加費 無料

●今後の予定 第2講座は2月18日(木)に「心が育つとき」と題し松崎運之助さん(元夜間中学教諭を、第3講座は3月10日(水)に「なぜ人権侵害救済法か」と題し谷元昭信さん(部落解放同盟中央本部書記次長)を講師にお迎えし開催を予定しています。また、2月4日(木)には依田窪勤労者部落解放学校主催による講座「命を励ます歌たち」。

講師は声楽家・狭間壮さんによる歌とトークショー。

いずれも午後6時から丸子文化会館小ホールで行います。

問 丸 社会教育課 TEL 42・6682

Leis 訪問医療マッサージ レイス治療院上田

寝たきりや歩行困難な方を対象に、医療保険を使ったマッサージサービスを提供させていただきます。主治医の許可のもと、連携して行いますので、個人の体調や症状に合わせたサービスが可能になります。お気軽にお問い合わせください。(担当:石井ゆ)

訪問施術です

各種医療保険適用 [医師の同意書が必要] 必要です

マッサージ師は国家資格保有者

無料体験 好評実施中

〒386-1102 上田市上田原849 ☎ 0268-23-1975 <営業時間>9:00～18:00 (定休日:日曜・祝日)

有料広告掲載のお問い合わせは、上田市秘書課(TEL23・5149)または株式会社日広(TEL24・1211)へ。

募集

平成22年度入校
技能開発訓練生を募集

働きながら専門技能を修得することが出来ます。

●募集職種 木造建築科、建築板金科、造園科、左官タイル科、配管科、溶接科

●募集締切 3月15日(月)

詳細はお問い合わせください。

上小高等職業訓練校
TEL 22・2666

ポルトガル語相談員
任期付職員を募集

●業務内容 通訳業務、翻訳業務、相談業務、広報活動など。

●募集人数 1名

●応募資格 ポルトガル語・日本語の双方による読み書き・会話の能力を有する方。地方公務員法第16条の欠格条項に該当する方は応募できません。

●任用期間 平成22年4月1日～23年3月31日(通算5年の範囲内で任期を更新する場合あり)

●勤務条件 勤務時間、給与等は常勤職員に準ずる。

勤務場所 市民生活部市民課(市役所本庁舎1階)

●申込期間 1月18日(月)～2月4日(木)必着

●申込場所 市役所本庁舎3階人材開発課(郵送可)

●応募書類 履歴書(市販のもの、写真添付)、80円切手を張った定形封筒(規格/長形3号、合否連絡用、受験者のあて名を記入)

●試験科目 教養試験、面接、作文、性格検査

●試験日 2月22日(月)

市人材開発課 TEL 23・5332

おわびと訂正

広報うえだ1月1日号19ページ「情熱地域」の中で、東川さんのお名前に誤りがありました。正しくは「東川英樹」さんです。訂正しおわびします。

文芸

短歌

小宮山 久子 選

◎入選

頬に触れ去りてゆきたる夢なかのその生きものの貌見知らざる

上堀 工藤じゅん

わが着くを待ちてゐるたかおだやかに呼吸止まりて母逝きにけり

越戸 羽生田めぐ美

金婚式祝はれし夢見ていしと病室の夫今日は明るし

角間 倉島 正子

◎佳作

小春日の沈む夕陽を閉じこめて窓のグラスはあかあかと燃ゆ

丸堀町 長谷川 貢

くり返し夫が習う「本能寺」厨の吾も覚えて吟ず

御所 長坂 千代

菊花の人にカンナの球根をあげる約束

きょうは幸せ 中野 本木 せつ

十五夜の酒やすすきを供へたり君に賜ひし手製の器に

長瀬 白井 剛生

☆選者詠

採られざるままに凍みたる柿の実のたわなる朱に冬畑明し

【評一首目 おぼろな印象だけの夢を詩的に詠んでいます。

「生きもの」と突き放して表現していますが人間だったのか

もしれませんね。】

俳句

島田 洋子 選

◎入選

一つづつ空を広げてりんご挽ぐ

休診の札に風鳴り秋深し

それだけで重き存在蛇の衣

小泉 小林 宣子

中央西 尾崎 哲也

丸堀町 長谷川 貢

松手入れ空新しくなりけり

越戸 鈴木 迪生

急く落葉ときにはなやぎ大空へ

愛宕町 小泉 廣紀

野菜くず土に返せり冬耕す

横尾 北沢 米和

朴落葉忍者のごとく転び来る

古里 長岡 綾子

捨て案山子物言いたげな目口して

御所 児玉 玲子

☆選者吟／幼稚園一畳ほどの刈田あり

【評一句目 一つ挽ぐごとに空が広がるという実感が素直に

表現され、林檎一つの存在感と収穫の喜びが伝わる。】

川柳

鷺澤 昭月 選

◎入選

茶を入れるそんな些細な和やかさ

噛み締めて舌で遊ばせ句を愛で

友情に背伸びはいらぬわらべ歌

東築地 勝見 稔

御所 手塚 利勝

腰越 田中 典子

川辺町 尾見 志子

故郷へ成長届ける鮭登る

国分 宮澤 恵子

言いすぎて心にささる痛い刺

金井 伊東 恒夫

上田城真つ赤なもみじ通うせんば

下之条 滝川 礼子

うなずいて軽い返事が仇となり

鎌原 安藤 千年

風向きの変化認めぬ老い孤独

よき余生孫子の恵み老い至福

西野竹 梅木 實

☆選者吟／畦道で捻る一句に春が立つ

【評一句目 家族の様子からお茶を出す間を掴む母の一眼、

心が通う家族の暖かさが目に見えます。】



「春から受講できるシニア対象の学びの場」 をご案内します

※詳しくは上田市ホームページをご覧ください。

大学名	上田市 ことぶき大学	上田市 ことぶき大学院	上田市 高齢者学園	長野県 シニア大学	長野県 いきいき実践塾
特徴 (学習内容)	中央公民館校と、創造館校で開校。午前は、自然・文学・歴史などの一般教養と、午後は8種類のクラブでの学習編成。年1回全学年による一泊二日の宿泊研修あり。	専門的分野に進み更に学び続ける場。1年次／文系(文学、歴史、福祉)、自然系(植物、応用生物、感性工学)。2年次／卒業レポート提出、「修士学位記」を授与。	高齢者の「健康づくり、仲間づくり、生きがいくくり」を目指して、授業・クラブ・課外・校外活動を行います。研修旅行もあります。	シニアだからこそできる活動を発見・実践できる方を養成するための講座。研修旅行や卒業記念誌作成も行います。	高齢者が、地域でいきいきと社会参加活動に参加するために必要な企画力、自己表現力等を養うための講座。
修了年数	4年 (月1回・金曜日)	2年(月1回)	3年 (年間17日程度)	2年(年間17日)	1年(年間16日)
場 所	①中央公民館 ②上田創造館	中央公民館	高齢者福祉センターほか	上田合同庁舎講堂	
入学資格	市内在住60歳以上の方。 ことぶき大学卒業生や高齢者学園、シニア大学の在籍者及び入学予定者は入学できません。	市内在住60歳以上の方で、ことぶき大学、高齢者学園、シニア大学の卒業生(本年度卒業予定者含む)、及び一般の短大・大学の卒業生。	市内在住の60歳以上の方。 ことぶき大学、シニア大学との併願及び、本学園への再入学はできません。	おおむね60歳以上の方。 シニア大学(旧老人大学)卒業生は入学できません。	おおむね50歳以上の方。 シニア大学との併願、在籍者は受講できません。
募集人数	①50名、②30名 (応募多数は抽選)	文系・自然系 各30名(先着順)	先着70名	110名	30名
受講料	年間1,000円 (クラブ活動費、宿泊研修費は別途自己負担)	年間1,000円、学級運営費1,000円 (現地研修費などは別途自己負担)	無料 (別途、教材費の一部として年額1,500円)	年額5,000円 (予定) (教材費などは別途自己負担)	年額1,000円 (予定) (教材費などは別途自己負担)
申し込み	3月16日(火)、午前9時30分～10時の間に、各公民館にある応募要項により、ご本人が直接中央公民館へ。応募要項は各公民館にあります。	2月1日(月)～3月26日(金)に、各公民館にある応募要項により、中央公民館へ。	2月1日(月)～3月1日(月)に、高齢者福祉センター、社協、高齢者介護課、丸子・真田・武石地域自治センターにある入学願書を提出。	2月1日(月)～26日(金)に、高齢者介護課、丸子・真田・武石地域自治センター健康福祉課、上田保健福祉事務所福祉課にある入学願書を同所に提出。	
問い合わせ	①中央公民館 TEL22・0760 ②城南公民館 TEL27・7618	中央公民館 TEL22・0760	高齢者福祉センター TEL22・4119	上田保健福祉事務所福祉課 TEL25・7122	

各施設イベント紹介

詳しくは、各施設へお問い合わせください。

エコ・ハウス tel 23-5114

エコ・ハウスの「わくわく講座」

不用なものがリサイクル・リフォームで生まれ変わる
楽しさを体験しませんか。

2月1日(月)から電話で申し込みを受け付けます。

さき織り教室

日時◆2月15日(月)10:00～12:00

※当日は織り方の説明会を行い、後日都合の良い日に実際に織ります。

持ち物◆不用になった着物

参加費◆600円 定員◆15名

おひなさま作り

日時◆2月18日(木)10:00～12:00

持ち物◆裁縫道具、ものさし(30cm)、筆記用具

参加費◆300円 定員◆10名

修理工房・刃物研ぎ(無料)

日時◆毎週水曜日13:00～15:00

数量◆一人1回1本限り(1日10本で終了)

丸子文化会館 tel 42-0001

打楽器アンサンブルコンサート

マリンバ 木の響きを世界の曲と共に

～見て楽しい、聴いて楽しい打楽器の世界～

日時◆1月31日(日)14:00開演(13:30開場)

場所◆丸子文化会館セレスホール

チケット◆全席自由一般2000円、大学生以下500円。

上田情報ライブラリー tel 29-0210

ビジネスコース「仕事の基本セミナー」

日時◆2月12日(金)18:30～20:00

テーマ◆ブレイクスルー思考で問題解決を考える

～新しい問題解決の専門家を目指そう～

場所◆上田情報ライブラリーセミナールーム

講師◆末広繁和氏(中小企業診断士)

参加費◆1回500円(資料代として)

対象◆中小規模事業所、個人事業者、起業家、従業員、個人

申し込み◆電話で上田情報ライブラリーへ。

上田創造館 tel 23-1111

2月の上田創造館イベント情報は、1月1日発行の上田
地域広域連合広報紙第33号に掲載しています。

マルチメディア情報センター

tel 39-1000 URL <http://www.umic.jp/>

はじめてのWORD3日間コース[WORD2007使用]

日時◆2月8日(月)・15日(月)・22日(月)13:30～16:00

対象◆パソコン経験者

料金◆3,500円(テキスト代1,260円別途)

定員◆16名(2月1日(月)申込締切/最小催行人数5名)

デジカメ写真で卒園・卒業DVDをつくろう

日時◆2月11日(木・祝)9:30～12:00

※引続き16:00まで、ご自分の作品制作のため機材を利用
できます。

対象◆キーボード・マウス操作のできる方

料金◆2,000円

定員◆16名(最小催行人数5名)

WORDで作品づくり2日間コース[WORD2007使用]

日時◆2月18日(木)・25日(木)9:30～12:00

対象◆キーボード、マウス操作のできる方

料金◆2,000円(テキスト代1,260円別途)

定員◆16名(2月9日(火) 申込締切/最小催行人数5名)

新映像塾 MediaTrigger2009

実践写真加工セミナー

「PhotoshopCS3プロフェッショナル講座」

趣味での写真やビジネスの現場などのテーマに合わせて、
商品や作品を仕上げるための補正や加工のデジタルテ
クニクを解説します。

風景、人物、スポーツ、静物など豊富な作例をもとにマス
クの作成、トーンカーブやレベル補正の操作などを、ヒス
トグラムを確認しながらどのように行うかを詳しく解説
します。

日時◆2月20日(土)・21日(日)・27日(土)・28日(日)

10:00～16:00

場所◆マルチメディア情報センターセミナールーム

講師◆関利博氏(㈲デザインルームエム社員)

特別講師◆早川廣行氏(㈱電画代表取締役、テキスト 著者)

定員◆20名(要事前申し込み)

対象◆パソコンのマウス・キーボード操作ができる方で、
デジカメ一眼ユーザーや本格的な写真加工に興味
がある方

使用テキスト◆Adobe PhotoshopCS3プロフェッショ
ナル講座 入門編

参加費◆1万円(テキスト代含む)

■不用品交換情報 (12月15日現在の登録状況) 問 エコ・ハウス TEL23-5114 (受付時間/月～金曜日10:00～16:00)

●ゆずります

子ども服(女児用90cm)/ワープロ/テレビ(アナログ)/
空気清浄機/乾燥機/電気こたつ/もちつき器(2kg)/電
気釜(1升)/冷蔵庫/ウォーキングマシン/リクライニン
グベッド/タンス(和・洋)/学習机/ソファ(3人掛け)
/スキー式(大人用・子ども用)/掛け布団/敷き布団/
五月人形/物干し台/枕/大正琴/ミシン(足踏み式)

●ゆずってください

子ども服(男児用90cm以上)/カセットテープ/VHSカセッ
トレコーダー/デジタルカメラ/ステレオアンプ/掃除機/
石油ストーブ/ダブルベッド/シングルベッド/二段ベッド
/桐タンス/食器棚/食堂テーブルとイス/ダイニングテー
ブルとイス/バーベル・ダンベルセット/こたつ布団/薪スト
ーブ/豆炭こたつ/フラダンススカート/車いす(電動式)

feb.

2



2月の乳幼児健診・教室

会場

上田
塩田上田地域保健センター
塩田母子健康センター丸子
真田丸子保健センター
真田保健センター武石
川西武石健康センター
川西社会福祉センター

上田地域にお住まいの方 市健康推進課 ☎23・8244

項 目		対 象 者	実施日	会場	受付時間
健診	4か月児健診	21年 9月16～30日生	10日(水)	上田	12:30～13:45
		21年10月 1～15日生	25日(木)		
		塩田・川西・川辺・泉田の21年 9月16日～10月15日生	19日(金)	川西	
	1歳6か月児健診	20年 7月16～31日生	3日(水)	上田	
		20年 8月 1～15日生	17日(水)		
	2歳児歯科健診	19年11月 1～15日生	2日(火)	上田	
		19年11月16～30日生	16日(火)		
		塩田・川西の19年11月 1日～12月31日生	9日(火)	塩田	
	3歳児健診	19年 1月 1～15日生	4日(木)	上田	12:30～13:45
		19年 1月16～31日生	23日(火)		
塩田・川西の18年12月1日～19年 1月31日生		26日(金)	塩田		
教室	7か月児教室	21年 7月 1～15日生	10日(水)	上田	9:30～ 9:45
		21年 7月16～31日生	25日(木)		
		塩田・川西・川辺・泉田の21年 7月生	18日(木)	川西	
	おたんじょう 歯の教室	21年 2月 1～10日生	3日(水)	上田	
		21年 2月11～20日生	17日(水)		
		21年 2月21～28日生	24日(水)		
健診	市内委託医療機関				
	個別10か月児健診	21年 3月16日～ 4月15日生	2月受診／完全予約制		

丸子地域にお住まいの方 丸子保健センター ☎42・1117

項 目		対 象 者	実施日	会場	受付時間
健診	4か月児健診	21年 9 月 7 日～10月 7 日生	4 日(木)	丸子	13:00～13:15
	10か月児健診	21年 4 月生	26日(金)		
	1歳6か月児健診	20年 7 月 3 ～31日生	9 日(火)		13:00～13:30
	2歳児歯科健診	19年12月26日～20年 2 月29日生	16日(火)		
教室	7か月児教室	21年 7 ・ 8 月生	23日(火)		9 : 45～10:15

真田地域にお住まいの方 真田保健センター ☎72・9007

項 目		対 象 者	実施日	会場	受付時間
健診	4か月児健診	21年10月生	26日(金)	真田	13:15～13:40
	10か月児健診	21年 4 月生	26日(金)		
	3歳児健診	18年10～12月生	10日(水)		
教室	7か月児教室	21年 7 月生	19日(金)		9 :50～10:00

武石地域にお住まいの方 武石健康センター ☎85・2067

項 目		対 象 者	実施日	会場	受付時間
教室	離乳食教室(初編)	21年9～11月生	3日(水)	武石	9:30～9:40
	7か月児教室	21年6～8月生	8日(月)		
	離乳食教室(後編)	21年3～5月生	25日(木)		10:00～10:10
	2歳児教室	19年12月～20年3月生	22日(月)		

●持ち物 乳幼児健診・教室には、母子健康手帳、該当する健康診査票をお持ちください。
また、各健診・教室に持ち物がありますので、詳しくは保健ごよみをご覧ください。

携帯版
保健ごよみ

注意

新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、健診の対象児だけでなく、ご家族の方に感染者がいる場合にも、健診への参加をご遠慮ください。別日程をご案内します。また、保育園、幼稚園、学校等で学級閉鎖などにより自宅待機中のお子さんは、外出を自粛することになっていますので、健診会場にはお連れにならないようご協力ください。

◎平日夜間や休日緊急医のお問い合わせ◎

中央消防署 ☎26・0119 | 上田南部消防署 ☎38・0119 | 上田東北消防署 ☎36・0119 | 川西消防署 ☎31・0119

2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(月)・18日(水)・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(木) 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
 ☆8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

- ☆10日(水) 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(木) 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
 ☆8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
 ☆毎週月・水・金曜日9:00～16:00
 /長野地方務局上田支局
 問 長野地方務局上田支局 TEL23・2001

市民相談・交通事故相談・多重債務相談

- ☆毎週月～金曜日9:00～16:00/市役所本庁舎
 問 市 生活環境課 TEL22・4140

女性のためのなんでも相談

- ☆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/土曜日は要予約】
 ☆25日(木) 10:00～12:00/市民プラザ・ゆう
 【女性弁護士による法律相談/要予約】
 問 市民プラザ・ゆう TEL27・3123

青少年電話相談

- ☆毎週月～金曜日9:00～16:00/少年育成センター
 問 市 生涯学習課 TEL22・8080

こころの相談【前日までに要予約】

- ☆10日(水) 9:30～11:30/市役所南庁舎
 問 市 健康推進課 TEL23・8244

ひきこもり相談【前日までに要予約】

- ☆1日(月)・15日(月) 13:30～16:00/勤労青少年ホーム
 問 市 健康推進課 TEL23・8244

わが子の就職等相談会【要予約】

- ☆毎月最終月曜日13:30～16:30
 /若者サポートステーション・シナノ
 問 若者サポートステーション・シナノ TEL75・2383

若者のための仕事何でも相談【要予約】

- ☆毎週火・土曜日13:30～16:30
 /若者サポートステーション・シナノ
 問 若者サポートステーション・シナノ TEL75・2383



中小企業診断士による無料経営相談【要予約】

- ☆8日(月) 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】

- ☆12日(金)・26日(金) 13:00～16:00/市役所南庁舎
 問 市 生活環境課 TEL22・4140
 ☆17日(水) 9:00～11:30/丸子地域自治センター
 問 市 市民生活課 TEL42・1216
 ☆20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
 ☆17日(水) 13:30～15:00/上田商工会議所
 問 上田商工会議所 TEL22・4500

行政相談

- ☆9日(水) 10:00～15:00/市役所南庁舎
 問 市 生活環境課 TEL22・4140
 ☆17日(水) 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(木) 9:00～12:00/真田総合福祉センター
 問 市 市民生活課 TEL72・0154

土地建物・不動産鑑定相談

- ☆4日(水) 13:00～16:00/市役所南庁舎
 問 市 生活環境課 TEL22・4140

登記法律相談【要予約】

- ☆17日(水) 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

ひとり親家庭・児童相談

- ☆毎週月～金曜日9:00～16:00/教育委員会やぐら下庁舎
 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

- ☆16日(水) 9:00～17:00/市役所南庁舎ほか
 問 市 高齢者介護課 TEL23・5140

もの忘れ・認知症相談

- ☆2日(水) 13:00～17:00/市役所南庁舎
 ☆10日(水) 13:00～17:00/丸子ふれあいステーション
 問 市 高齢者介護課 TEL23・5140

ウィークエンドリサイクル

◎時間 午前10時～正午

- | | |
|-------|----------------------------------|
| 第1土曜日 | 西友真田店・ツルヤ上田山口店・マツヤ上田川西店 |
| 第2土曜日 | ツルヤ丸子店・西友秋和店・西友三好町店 |
| 第3土曜日 | やおふく古里店・Aコープコア塩田店 |
| 第4土曜日 | 武石地域自治センター・西友上田東店・しおだ野ショッピングセンター |