

広報うえだ5.1

平成24年
No.147

CONTENTS

- 2 市立産婦人科病院竣工記念式典
- 4 特集 まつりを支える力
- 8 情報ぴっくあっぷ
- 10 情報あ・ら・かると
- 15 キラリ☆輝くこどもたち！
- 17 情熱地域
- 18 四ツ葉スケッチ
- 20 読者通信





左から、大澤道彦信州上田医療センター副院長、南波清吾上田市議会議長、羽田雄一郎参議院議員、母袋創一上田市長、自見庄三郎郵政改革担当内閣府特命担当大臣、若林健太参議院議員、天野直二信州大学病院院長、大谷晃一前上田市医師会長

赤ちゃんとお母さんにやさしい病院

上田市立産婦人科病院 竣工記念式典を開催

上田市緑が丘の信州上田医療センター隣接地に建設してきた「市立産婦人科病院」が完成し、3月24日に来賓と関係者約100人が出席して、竣工記念式典が行われました。

病院は、老朽化した旧市産院(常磐城)を移転・新築し、新たに名称を「上田市立産婦人科病院」として4月1日から開院。延べ床面積3033㎡の鉄骨3階建てで、病床数は27床(うち未熟児病床5床)。施設内には子育て支援施設「ゆりかご」(居室数2室)も併設しました。

病院では、信州上田医療センターの小児科をはじめとする関係各科との連携により、安全・安心な出産の支援を行いながら、女性の健康と、健やかに子どもが成長できる医療提供体制の整備を目指しています。

ありがとう市産院 こんにちは市立産婦人科病院

母袋市長はじめ関係者によるテープカットの後に、エントランスホールで行われた式典では、市長が「市政の最重要課題として全力で取組を進めてきた新病院がようやく竣工しました。本病院は、公的単科病院としては全国唯一と聞いています。市民の声を代弁すると『さよなら、ありがとう市産院。こんにちは、よろしく市立産婦人科病院』であろうと思います。これからは、多くの住民の期待とニーズにしっかりと応え、安全性の高い医療体制の整備に努めてまいります」とあいさつしました。



式典であいさつする母袋市長。



母袋市長から日高精機株式会社様へ感謝状を贈呈。

**病院のロゴマークは
コウノトリをアレンジ**

ロゴマークをデザインしたグラフィックデザイナーで画家の原田泰治さんからは、「ロゴマークはコウノトリをアレンジし、首から羽にかけてうえだのUの文字をイメージしました。また、羽は4市町村が合併した姿と羽の中には市の花である『さくら』をあしらいました」と説明

式典では、自見庄三郎郵政改革担当内閣府特命担当大臣、羽田雄一郎参議院議員、若林健太参議院議員、寺尾俊彦日本産婦人科医会長、天野直二信州大学病院長、大谷晃一前上田市医師会長、南波清吾上田市議会議長からご祝辞をいただきました。また、病院建設に対して1000万円の寄付をしていただいた日高精機株式会社様には、母袋市長から感謝状を贈呈しました。



原田泰治さんがロゴマークを紹介。

がありました。また、病院内の配色やデザインにも気を配ったことや、職員からの意見を参考にして病室に、ローズ、ラベンダーなどの花の名前を付けたことも披露しました。

**わくわく感のある
母と子にやさしい病院に**

式典に出席した、上田市産院運営審議会委員の和田真奈美さんは、「ワークシヨップでお母さんたちが希望した量の病室があつて良かったです。病院内はスリッパで歩き、子どもたちは床にしゃがんで遊んだりできる、わくわく感がある病院を肌で感じることができました。この病院がたくさんの命があふれる緑の森になるといいなと思います」と、病院を見学しながら話してくれました。

式典に引き続き開催された施設内覧会に、家族で病院を訪れた山本里つ子さん



施設内覧会へは多くの市民が訪れた。

**産婦人科病院
開院記念コンサートを開催**

4月8日には、午前11時から、ピアノの佐田詠夢さんと、アンパンマンのバタコさんの声などを担当した声優の佐久間レイさんを招き、エントランスホールで「母と子のためのプロムナードコンサート」が開催されました。

当日は、150名を超える来場者が、佐田詠夢さんによるピアノの演奏や、佐久間レイさんによる朗読や歌に耳を傾け、笑いあり、涙ありの楽しいひとときを過ごしました。

（東前山）は、「病院はとてども広くて設備も充実しています。一人目の子どもは旧市産院で産んだので、次もぜひこの病院を利用したいです」と感想を話していました。



佐田詠夢さん(左)と佐久間レイさん(右)

■診療時間などの案内

診療科目 産科・婦人科

診療受け付け時間

午前の部 8:15~11:00

午後の部 14:00~15:30

診療時間 午前の部 8:30~12:00

午後の部 14:30~16:30

診療日 休診日を除く月曜日~土曜日

※初診および婦人科診療は予約制

休診日

日曜日

国民の休日に関する法律に規定する休日

年末年始(12月29日~翌1月3日)

特集 まつりを支える力

4月に開催された上田城千本桜まつり。
今年も多くの観光客や、花見客で上田城跡公園は賑わいました。
まつり期間中は、様々な催しやおもてなし企画が開催され、
訪れた人は、桜とともに楽しみました。
こうした催しには、多くの市民の方もボランティアなどで参加しています。
今回は、こうしたまつりを支える市民の方を紹介します。





中澤信敏さん
信州上田まつり実行委員会
事業部長

上 田城千本桜まつりや、上田真田まつり、秋の信州上田城けやき並木紅葉まつりなどのまつりを主催しているのが、市民を中心に構成されている信州上田まつり実行委員会。その中で企画や準備を行う事業部会の部長中澤信敏さんに話を伺いました。

「事業部会は、実際にまつりにかかわりたい人や、上田を観光で活性化したい人を募って、活動しているボランティアの実行部隊。いつでも入会可能です」と話す中澤さん。月に1回程度は集まって、次のまつりの企画など話し合っているそうです。

上田でしか味わえない美味しい食べ物を集めた食のイベント「信州上田うまいもん大集合!!」や、市内の桜などのテーマに沿ったメニューを提供する飲食店などを紹介する「信州上田うまいもんマップ」の作成、観光会館売店のオリジナルスイーツが大集合した「千本桜まつりスイーツフェア」も事業部会でアイデアを出して検討する中からできた企画です。また、最近市内の名

物として話題になっていく「美味だれ焼き鳥」も、事業部会として連携してきました。平成22年秋に開催された「うまいぞ信州ご当地グルメ大集合!!」をきっかけに地元食文化として目をつけた「美味だれ焼き鳥」ですが、今年もまつり内で人気のグルメイベント「信州上田うまいもん大集合!!」で、3店舗が出展しました。

「まつり実行委員会は、まつりのことだけをやっていてではなく、上田の経済の活性化を軸に話し合っています。観光客を呼び込むこと、観光客が増えることで、地域で観光客を相手に仕事をする人が増えることが大切です」と中澤さんは言います。

「観光客は、思い出になることや、感動を求めて来ています。今まで地元の人を中心に食を提供していた飲食店が、観光客に受けるメニューや企画を考えてもらえば、それだけお客さんに喜んでもらえるます。農産物や、その加工品を売ることも考えられます。製造業も土産品な



どで観光客に売る何かを考えられると思います」と言います。「千本桜まつりが始まって、多くの観光バスが上田に来るようになりました。そのお客さんを大切にして、従来の上田の観光事業に携わっているメニュー以上に、おもてなしできるメニューを増やさないといけないと思うんです。団体の観光客が来てくれることは、上田の知名度を上げるために重要な手法です。そして上田を知ってくれた人が、個人の旅行で上田に来て市内の各地を訪れて、より経済の活性化に繋がっていくと思う」と言う中澤さん。「これだけ多くの観光客が上田に来るようになったのだから、市民も何か観光産業に繋がるおもてなしに目をつけて、したたかに取り組んでもらえればと思いますね。民間の活力で経済を活性化していくことが、大事だと思います」と話してくれました。



上田城跡公園前の観光会館1階に設けられた千本桜まつりスイーツフェアのコーナー。予想を上回る大好評の売れ行きだった。

4月14・15日行われた信州上田うまいもん大集合!!。地元でしか味わえない食が集まり、多くの人で賑わい、完売した店もあった。

信州上田うまいもんマップ。桜、上田、真田にちなんだ食を提供する市内飲食店を紹介。





LED灯ろうを設置する上田市測量設計業協議会の皆さん。まつり期間中の毎週金・土曜日の夕方に設置された。

今 年の上田城千本桜まつりから新しく始まった催しが「櫓門へ導く灯火の景」。城跡公園の二の丸橋と櫓門前に100個のLED灯ろうを並べて幻想的な雰囲気演出する企画です。灯ろうには、清明小学校の



丸山清己さん
上田市測量設計業協議会
副会長

児童による大震災の被災地への応援メッセージが書かれ、まつり期間中の金曜日と土曜日の夜に設置されました。その設置をボランティアで行ったのが、上田市測量設計業協議会の皆さんです。同会副会長で、ボランティア活動の窓口担当の丸山清己さんに話を伺いました。

「地域に根ざした仕事をしているので、何か地域の役に立つことをしようとスタートしました。1社だけでなく、周りに広がっていかないと意味がないので、声をかけたら協議会の皆が共鳴してくれました」と話す丸山さん。上田城千本桜まつりへの協力は、昨年連続2年目。昨年は、市民会館前の駐車場に灯ろうを並べて大きな絵やメッセージを描いた「上田城灯りの景」で大きな下絵を描いたり、灯ろうを並べるボランティアを行いました。「大きな絵は、測量の機械を使って描きました。自分たちのノウハウが生かされて良かったと思います。千本桜まつり以外には、秋の真田幸村ロマンウォークでも各コースの案内看板の設置と撤去を行っています。これも外の仕事が多く、地理に詳しい私たちだったので、スムーズにできたと思います」と丸山さん。

「こうした活動で、仕事を離れて、違う会社の人と繋がれることは素晴らしいことだと思いましたね。また、会社のチームワークも良くなったと思います」と言う丸山さん。「千本桜まつりに参加してみても、こうやっているのかと分かったこともありました。何かの



飯島秀雄さん
信州上田眞田子ども十勇士隊
代表

ま つり期間中上田城の櫓門前に、訪れた観光客が無料で紙製の鎧兜の試着ができるコーナーが設けられました。ここで、子ども用甲冑の試着をしていたのが、信州上田眞田子ども十勇士隊です。代表の飯島秀雄さんに伺いました。

同隊は、子どもたちが鎧兜で十勇士にふんして、市内外のイベントなどに参加している隊で、まつり期間中は隊の鎧兜を使って、訪れた子どもたちの試着を行っていました。

「子どもに楽しい思い出を作りたい。大人になって、子どものときに赤い鎧を着たなという思い出が大事だなと思ってやっています」と話す飯島さん。家族で訪れた観光客は、鎧兜を着てうれしそうなお子さんと父母などが、櫓門前で次々と写真撮影をしてい

子ども用の甲冑を着て、櫓門前で記念撮影する観光客。子ども連れの家族の記念写真などに大好評。



形で参加する人が広まって、市民皆で盛り上げていければいいんじゃないかと思います」と話してくれました。

きます。「多い日は1日に300人くらい試着します。待っている行列ができたときは、焦ったな」と言う飯島さん。「楽しい思い出を沢山持った子どもがよい大人になるんじゃないかな」と話してくれました。



昨年行われた上田城太鼓まつり(ジュニア編)。市内外の和太鼓団体のジュニアチームが競演。

ま 通りの最後に市内などの太鼓団体のジュニアチームが集まって勇壮な太鼓演奏を披露するのが、上田城太鼓まつり(ジュニア編)。このイベントの事務局を務める信州上田真田陣太鼓保存会の三浦一浩さんに伺いました。



三浦一浩さん
上田城太鼓まつり実行委員会事務局

1回目は、市のわがまち魅力アップ応援事業の補助を受けて開催しましたが、昨年からは、実行委員会をつくり、参加団体から事業費を集めて開催しています。実行委員会では、事前のポスター、のぼり旗の作成、ピラ配りなどの広報活動から、当日のステージ組み立てまで行います。

「太鼓演奏を発表する機会は、大人に比べてジュニアは、あまりありません。技術向上にも繋がりますし、ジュニア編を盛り上げていきたい」と話す三浦さん。参加する子どもは、参加団体全部で約200人になります。

そして、「元気の良さを発信するのが太鼓だと思いますので、千本桜まつりのフィナーレを盛り上げるには、一番合っているんじゃないかと思います。また来年桜が咲いた頃に会いましょうと言えぬのもいいですね」と話してくれました。

櫓

門前などで観光客と一緒に写真に写ったり、パフォーマンスをして観光客をもてなす信州上田おもてなし武将隊。今年の千本桜まつりから始まった新しい企画で、11月末まで行われています。そのおもてなし武将の吉原俊介さんと春原智志さんに伺いました。

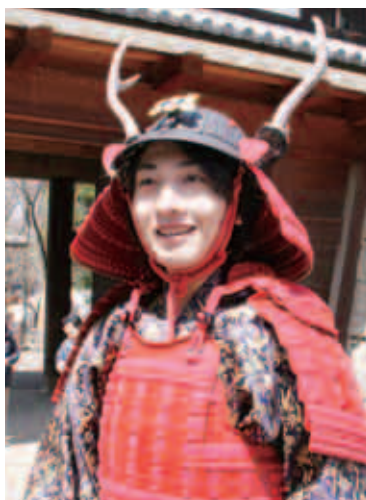


吉原俊介さん
信州上田おもてなし武将隊

吉原さんは、「一緒に写真に写ってチャンバラ好きな孫に自慢すると言う方とか、歴史に詳しい方とか色々な方がいます。来年は子どもと来ますとか、

皆誘ってこよう、とか言われるとうれしいですね。今までもてなし武将は上田城になかったもので、体験できなかった上田を感じてもらえればと思っています。」と言います。

春原さんは、「外国からのお客さんは、武将の姿を日本文化としてとても喜んでくれます。上田の人で、たまたま来て、こんな面白いことやっ



春原智志さん
信州上田おもてなし武将隊

「春は天候もいいので、通りかかって、1日演奏を見てくれる人もいます。元気が伝わった、また来年も来るから是非やってくれと言われるとうれしいですね」と言う三浦さん。「上田真田まつりなどでは、まつりを盛り上げる音

櫓門前で観光客と一緒に写真に写る信州上田おもてなし武将隊。外国からのお客さんにも大人気。



お知らせ

災害に備えて

生活物資の供給、応急危険度
判定の協力協定を締結

市は、3月28日に株式会社カインズと「災害時における生活物資の供給協力に関する協定」、社団法人長野県建築士会上小支部と「災害時における応急危険度判定の協力に関する協定」の調印を行いました。

大規模災害の発生時、避難所での生活では、日用品などの生活物資が大量に必要なほか、二次災害防止の観点から、広域避難場所などの安全性の確保が必要となります。

市では、一定量の生活物資などを計画的に備蓄し、また、広域避難場所の耐震化を進めています。が、今回の協定締結により、生活物資のより迅速で円滑な供給と、避難所の安全性が確保できます。協定内容など、詳しくは上田市ホームページをご覧ください。

☎ 危機管理防災課 TEL 21・0123



母袋市長(中央)と(社)長野県建築士会上小支部の有賀健一支部長(左)、カインズの本沢稔執行役員(右)

催し

世界が認めた天才腹話術師
いっこく堂ワンマンライブ

丸子文化会館開館20周年を記念して開催。笑いと感動のボイス・イリュージョンをぜひ間近でお楽しみください。

日時 8月11日(土)午後2時開演(1時30分開場)

場所 丸子文化会館セレスホール

チケット 全席指定 一般 2,500円 高校生以下 1,500円

チケット販売 5月19日(土)午前10時発売開始

プレイガイド 丸子文化会館、信州国際音楽村、琴光堂楽器店、平安堂上田店、平安堂しおだ野店、EVENT-NAGANO(Web販売)

☎ 丸子文化会館 TEL42・0001



講座
教室

親子で試食
取り分け離乳食教室

お母さんの食事を見直ししながら、3回食になった頃の離乳食を取り分けて作ります。

日時 5月30日(水)午前9時45分～午後0時30分(午前9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階食育ルーム

内容 講話「お母さんと赤ちゃんのためのバランス食について」
実習「大人の食事から離乳食を作り、親子で試食」

対象 離乳食が3回食になった頃の乳児(9～11か月)とその保護者

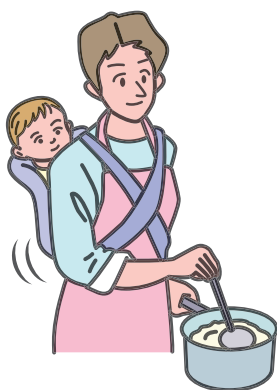
定員 親子10組(託児有り。応募多数の場合は抽選)

参加費 350円

持ち物 エプロン、三角巾、ハンドタオル、家庭で使用しているご飯茶碗・子ども茶碗、子ども用スプーン、おんぶひも

申し込み 5月21日(月)までに電話で健康推進課へ。

☎ 健康推進課 TEL28・7124





クローバー杯参加者募集

第7回上田市民ゴルフ大会

- 期 日** ①7月7日(土)、②7月8日(日)、③7月9日(月)
- 場 所** ①②上田丸子グランヴィリオゴルフ倶楽部、③上田菅平高原グランヴィリオゴルフ倶楽部
- 部 門** 一般、シニア、グランドシニア、レディース
- 対 象** 市内在住、在勤の方
- 定 員** ①140名、②170名、③140名(いずれも先着順)
- 参加費** 一人2,000円(当日徴収、要別途プレー代)
- 申し込み** 5月14日(月)～6月22日(金)までに、申込書に必要事項を記入し、スポーツ推進課、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人一組で申し込みください)。

問 市 スポーツ推進課 TEL23・6372



三つの森を丸ごと体験

楽しく歩こう! 染屋台グリーンベルト

初夏の青葉の中を、染屋地区にある三つの森を散策しながら、市街地の貴重な緑の価値を見直します。親子で参加大歓迎。あわせて「里やま整備ボランティア」も募集します。

- 日 時** 5月27日(日)午前9時～午後1時
(受付開始午前8時40分・小雨決行)
- 集合場所** 中央公民館正面玄関前
- コース** 中央公民館～^{あつた}「押出しの森」～^{あつた}英神社～「染屋の森」～「北沢の森」～上田東公園～常田池～「北沢の森」(昼食)～中央公民館(約6km)
- 定 員** 50名
- 参加費** 無料
- 持ち物** 飲み物、昼食、雨具
- 申し込み** 5月23日(水)までに住所、氏名、電話番号を電話で公園緑地課へ。

問 市 公園緑地課 TEL23・5134



お知らせ

Information A La Carte

市・県民税の申告はお済みですか

年金所得者の確定申告不要制度により所得税の確定申告をしなかった方でも、次に当てはまる場合は住民税の申告が必要となります。お済みでない方は税務課窓口で申告をしてください。

・「公的年金等の源泉徴収票」に記載されていない医療費控除、生命保険料控除、地震保険料控除などの各種控除を受けるとき

・公的年金以外の所得があるとき

問 市税務課 TEL 23・5115

城南公民館の住所が変更

4月1日から城南公民館の住所が上田市中之条460番地に変更になりました。

問 城南公民館

TEL 27・7618

個別の運動相談

- 日時 毎月第2火曜日午前9時～午後3時(予約制、一人約1時間)
- 場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ2階運動ルーム
- 内容 健康づくり・メタボリック

お知らせ／催し

シンドローム予防改善など個別の運動相談を行います。現在治療中の方は主治医と相談の上、ご予約ください。

●対象 20歳以上の市民

●定員 1日5名

●参加費 無料

問 市健康推進課 TEL 28・7123

宝くじ助成事業で投光器を2台購入

市では、長野県市町村振興協会の助成を受けて、メタルハライド投光器と発電機のセットを2台購入し、上田市消防団第8方面隊(武石地域)に配備しました。この投光器は、夜間発生した災害で、迅速かつ的確な活動ができるよう有効に活用します。

問 市消防総務課 TEL 26・0119



武石地域に配備された投光器

上田市総合美術展開催を休止

上田市総合美術展は、市内の美術団体の発表と交流の場として昭和27年から開催され、これまで60回開催

されてきました。近年、社会教育的な美術展から、芸術的な要素が高い美術展となり、また、他の美術展の開催や社会状況の変化から、いったん、休止することとしました。新たな総合美術展のあり方について、引き続き検討していきますので、ご理解ご協力をお願いいたします。

問 中央公民館 TEL 22・0760

催し

Information A La Carte

乳房手術経験者の会「やすらぎの会」を開催

悩みなどを話し合い、励まし合い、健康で明るく過ごしていくための交流会を開催します。

●日時 5月16日(水)午前9時30分(2時間程度)

●場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ

●内容 今年度の活動内容の決定、



今月の表紙

依田川の鯉のぼり

4月12日、今年で23回目を迎える依田川へ鯉のぼりを渡す作業が行われました。この鯉のぼりの川渡しは、地元の海戸自治会と上田市商工会が中心となり「鯉のぼりのように地域から元気を発信しよう!」という思いから始められたものです。

鯉のぼりは2列で約100匹。春風を受けて優雅に泳ぐ姿と、すぐ横の川沿いに500mほど続く桜堤防とのコラボレーションは、今ではすっかり丸子地域の風物詩となっていて、多くの市民や観光客で賑います。

交流会

●対象 乳房手術経験者

●参加費 茶菓子代500円程度

●申し込み 電話で健康推進課へ。

問 市健康推進課 TEL 28・7124

地域子育て・子育て支援講演会

一人でも子どもを育てない。地域のつながりでお母さんの子育てを応援しよう!!

●日時 5月19日(土)午後1時30分～午後4時

●場所 長野大学リプロホール

●内容

・一部(講演会)

「いまの子育てに必要なこと」子ども・親・ちいきが共に」増山

均氏(早稲田大学文学学術院教授)

・二部(てい談)

「ちいきぐるみの子育てとは」増山

均氏、滝澤俊明氏(市立浦里小学

校長(瀧沢淳氏(社団法人上田青年会議所理事長))

●定員 250名(定員になり次第締切)

●参加費 無料

●申し込み ホームページ

(<http://www.uedajc.com/2012/day/>)または、電話(月～金午前10時～午後2時)で上田青年会議所へ。

●その他 お子様連れの方は親子ルームでモニター聴講が可能です。

問 (社)上田青年会議所

TEL 22・5074

精神障がい者家族会 定期総会と講演会

上小山びこ会では精神障がいのある方の家族同士が悩みを分かち合い、定期的に精神障がいについて勉強会を開催しています。一緒に学んでみませんか。

●日時 5月22日(火)午後1時30分～4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

●内容

・定期総会

・講演会(今後の精神科医療・福祉の動向と家族の対応について「遠藤謙二氏(千曲荘病院院長)」

対象 精神障がい者当事者、および家族、精神障がい者の支援につ

いて学びたい方

●申し込み 不要(参加費無料)

問 健康推進課 TEL 23・8244

自然エネルギー講演会 うえだ環境市民会議総会

環境を守る活動を実践している市民団体、うえだ環境市民会議では、田中信一郎氏(長野県温暖化対策課企画幹)を迎えて「あなたもできる自然エネルギー」、藤川まゆみ氏(NPO法人上田市民エネルギー代表)による「相乗りくん事業」についての講演会を開催します。講演会後、総会を開催します。

●日時 5月26日(土)午後1時30分～

●場所 上田駅前ビル・パレオ2階会議室

問 生活環境課 TEL 23・5120

第7回新緑ウォーキング 参加者を募集

●日時 5月27日(日)午前9時スタート(午前8時30分受付開始)

●集合場所 上田道と川の駅

●内容 新緑の川西林道と浦野川沿いを歩くコース(約8km)

●参加費 小・中学生、ウォーキング協会員500円。一般1000円

●持ち物 昼食、飲み物、雨具、帽子、タオル、防寒具など

●その他 天候により中止になる場合

催し/講座・教室

合があります。

●申し込み 電話で上田ウォーキング協会事務局へ(当日受付も可)。

問 上田ウォーキング協会事務局

(上田スター商会内)

TEL 35・0246

エコ・ハウスイベント 「宝の山市」

●日時 5月26日(土)午前10時～正午

●場所 エコ・ハウス(上田クリーンセンター敷地内)

●内容 手作り品や、布地・不用品のバザー(掘り出し物あり)。素敵なプレゼントを用意しています。

問 エコ・ハウス TEL 23・5144

講座・教室

Information A La Carte

カラダげんき健康教室 ウォーキング編

●日時 5月25日～8月31日の毎週金曜日(全15回)午前10時～11時30分

●場所 1～5回は、ひとまちげんき・健康プラザうえだ2階多目的ホールおよび、ウォーキングコース。6～15回は、あいそめの湯を拠点とした塩田地域

●内容 1～5回は、歩く姿勢やカラダのバランスを確認し、個々に合った効果的な歩き方を学びます。6～15回は、景色を楽しみながら

●申し込み 6月2日(土)までに、電話でマルチメディア情報センターへ。

問 マルチメディア情報センター
TEL 39・1000

がらウォーキングを実践します。

●対象 20歳からおおむね70歳以下の市民

●定員 30名(応募多数時は抽選)

●参加費 1000円

●持ち物 室内用運動靴、飲み物

●申し込み 5月18日(金)までに電話で健康推進課へ。

問 健康推進課 TEL 28・7123

ブログ作成セミナー

2日間コース。1日目はブログの作成方法と基本操作、ブログ文章の上手な書き方、2日目はリンクやアフィリエイト、写真アルバムなど、ブログの機能を活用して自分のお気に入りの物や場所を紹介する方法を学びます。

●日時 6月3日・10日の日曜日午後1時30分～4時30分

●場所 マルチメディア情報センター

●対象 ブログ初心者、パソコン経験者

●定員 20名

●参加費 2500円

●申し込み 6月2日(土)までに、電話でマルチメディア情報センターへ。

お知らせ

坂城町循環バスをご利用ください

今年度から坂城町循環バスが信州上田医療センターまで路線を延長したことで、上田市民も利用できるようになりました。

市内のバス停は、塩尻、下秋和、信州上田医療センターの3か所となります。お気軽にご利用ください。

●運行日 月～金曜日(祝祭日を除く)

●ダイヤ

・午前便

坂城駅(8時15分)～塩尻(8時48分)～下秋和(8時53分)～信州上田医療センター(9時03分)

信州上田医療センター(9時05分)～下秋和(9時15分)～塩尻(9時20分)～坂城駅(9時45分)

・午後便

坂城駅(3時)～塩尻(3時10分)～下秋和(3時15分)～信州上田医療センター(3時25分)

信州上田医療センター(3時27分)～下秋和(3時37分)～塩尻(3時42分)～坂城駅(4時15分)

●運賃 上田市内 1乗車につき200円

上田市～坂城町間 1乗車につき400円

中学生・65歳以上の方・障がい者の介助者は半額

小学生以下・障がい者は無料

詳しくは坂城町役場ホームページをご覧ください。

問 信州観光バス坂城営業所 TEL81・2121

江戸文学散歩

池波作品の舞台となった日本橋から佃島周辺までを案内人の説明を聞きながら歩きます。

●日時 6月6日(水)午前6時集合、午後8時解散(予定)

●場所 東京都(日本橋・佃島)

●案内人 鶴松房治氏(池波正太郎記念文庫指導員)

●対象 5月25日(金)の事前学習会と両日参加できる方

●定員 28名

地域の文化を支えた人々 パート5

一回目の今回は、蚕糸業・郷土史研究家の猪坂直一についてです。

●日時 5月19日(土)午後1時30分～3時

問 池波正太郎真田太平記念館

TEL 28・7100

●参加費 7000円程度(昼食・保険代含む)

●申し込み 5月18日(金)までに、電話で池波正太郎真田太平記念館へ。

夏に向けて!! シェイプアップ講座

専門測定機器(体組成計)で筋肉や脂肪のつき方を調べ、日常生活でできる脂肪燃焼や筋力アップの運動を行います。

●日時 5月27日(日)午前10時～正午(9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 体組成測定、脂肪燃焼エクササイズ(リズム運動・おなかを引き締める体操など)

●対象 20～40歳代の市民(小学生の子供は同伴可)

●定員 先着25名

●参加費 無料

●持ち物 運動できる服装・室内用運動靴・タオル・飲み物

●申し込み 5月7日(月)～14日(月)に電話で健康推進課へ。

問 市健康推進課 TEL 28・7123

●場所 上田情報ライブラリーセミナールーム
●講師 尾崎行也氏(上田社会教育大学講師)
●定員 30名
●参加費 1000円
●申し込み 電話で上田情報ライブラリーへ。
問 上田情報ライブラリー
TEL 29・0210

<広告欄>

医療法人 隆生会 本原医院 神経科・内科・小児科

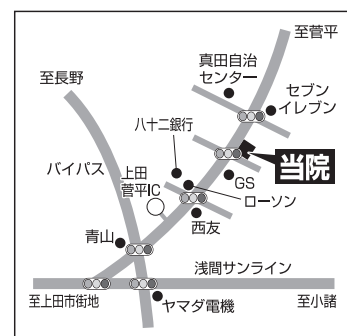
〒386-2202 上田市真田町本原545
TEL&FAX 0268(72)2067
院長:小玉眞夫

診療時間 午前 9:00～12:00
午後 4:00～6:00
休診日 土曜午後・日曜・祭日

神経科 操体法、良導絡

あなたの身体で試してみてください。

頭痛、肩こり、五十肩、顔面神経麻痺、肋間神経痛、腰痛、ぎっくり腰、坐骨神経痛、膝関節痛など、操体法にて体のひずみを治し、良導絡にて血流を良くすることで各種の痛みを軽減します。



●場所 中央公民館3階大会議室

●申し込み 不要(参加費無料)

●申し込み 5月9日(水)～6月1日(金)に所定の申込用紙で、スポーツ

問 市健康推進課
TEL 28・7123

13 Information A La Carte

フラワーアレンジ講習会

暮らしの空間やオフィスに生かせる「易しいナチュラルブーケ作り講習会」を開催します。

●日時 6月3日(日)午後1時30分～3時30分

●場所 上田駅前ビル・パレオ2階会議室

●講師 関口篤佳氏(おぐちあつか)(勅使河原和風会・青い鳥主宰)

●定員 先着20人

●参加費 2000円(材料費を含む)

●持ち物 花ばさみ、エプロン

●申し込み 5月31日(木)までに電話で上田情報ライブラリーへ。

●上田情報ライブラリー
TEL 29・0210

生活に活かすデザイン センスアップ講座

家のインテリアや料理の盛り付け、ファッションや日常雑貨を買うときなどに役立つデザインセンスを養い、生活の場をより豊かに、楽しくできるよう、デザインの基礎能力を身につけます。

●日時 5月31日～7月19日までの毎週木曜日(全7回)ただし6月28日は除く、午後7時～8時30分

●場所 上田情報ライブラリーセミナールーム

講座・教室／募集

●講師 牧谷孝則氏(まぎたけのり)(元多摩美術大学デザイン科講師)

●定員 先着10名

●参加費 5000円、学生4000円(教材費を含む)

●申し込み 5月26日(土)までに電話で上田情報ライブラリーへ。

●上田情報ライブラリー
TEL 29・0210

日商簿記検定3級 取得準備講座

簿記の基礎を学び、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19日～11月13日の毎週火曜日と、11月16日(金)の午後6時30分～8時30分。ただし8月14日(火)は休み(全22回)

●場所 市民プラザ・ゆう会議室

●対象 市内在住・在勤の方

●定員 先着30名

●参加費 受講料6600円、(別途テキスト4冊5145円、問題集1冊1100円)

●申し込み 5月11日(金)～6月11日(月)に、受講料を添えて市民プラザ・ゆうへ。

●市民プラザ・ゆう
TEL 27・2988

募集

Information A La Carte

審議会等附属機関の委員を募集します

◇上田市スポーツ推進審議会委員

●応募資格 市内在住の20歳以上の方(公募により審議会へ参画できるのは一人1審議会まで)

●募集人員 若干名

●任期 委嘱の日から2年間

●審議の内容 スポーツの推進、スポーツ環境の整備等に関して、教育委員会の諮問に応じて調査審議します。

●応募方法 所定の申込書(スポーツ推進課または上田市ホームページにあり)に「今後のスポーツ推進策に望むこと」と題したレポート(800字以内・書式自由)を添えて、スポーツ推進課へ。レポートと面接により決定します。

●応募締切 5月21日(月)

●市スポーツ推進課
TEL 23・6372

◇上田市政行政チャネル放送番組審議会

●応募資格 市内在住の20歳以上の方(公募により審議会へ参画できるのは一人1審議会まで)

●募集人員 若干名

●任期 委嘱の日から2年間

●審議の内容 行政チャネルの放送番組の適正化を図るために必要な事項について、市長の諮問に応

答する。

<広告欄>

医療法人三折堂

宮下 医院

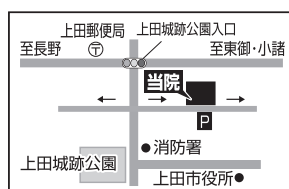
神経内科・内科・胃腸内科

〒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 ※予約制

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

のびのびと 自然と人とあそべ・・・

上田北幼稚園

上田北幼稚園は、昭和58年に開園し今年で30年目を迎えます。富士見台の丘からは上田市街地を一望でき、遠くは北アルプスや蓼科山、そして烏帽子岳を見ることができます。また、園舎の周りにはリンゴや桃などの果樹園で囲まれ、さらに裏山に続く小道を登って行くと、子どもたちの大好きな散歩コースの「どんぐり山」があります。

園生活で子どもたちは多くの友だちや先生、地域の方々と関わり、豊かな自然環境の中で豊富な遊びをいっぱい体験しています。リンゴ狩りをはじめ、こいのぼり集会や運動会、やきいも会、餅つき会、どんど焼き、節分の豆まき会などたくさんの伝統行事がもりだくさんです。

子どもたちは毎日元気いっぱいに五感を



寒さにも負けず元気にそり遊びを楽しむ子どもたち

働かせて活動し、目をキラキラと輝かせながら寒さや暑さにも負けずに外遊びをします。外遊びでは、植物や昆虫とふれ合い、子どもたちは「このお花なあに?」や「ダンゴ虫み一つけた!」など、毎日新しい発見をしています。また、異年齢の子どもたちと、散歩や給食の交流をすることで、思いやりの気持ちや仲間と力を合わせ協力する大切さを学んでいます。

同幼稚園は自然とふれあい、人と関わり、心豊かな子の育成と心に温もりを感じる幼稚園を目指しています。春の花摘み、夏の虫とり、秋のどんぐり拾い、冬のそり遊びと四季折々の自然に親しめる環境の中で、子どもたちは、目を輝かせ、全身を使って思い切り遊び、のびのびと育っています

運動会に向けて鼓笛隊の練習に励む年長園児たち



じて調査審議します。

●応募方法 所定の申込書(秘書課または上田市ホームページにあり)に「市政番組のあり方」と題したレポート(800字以内・書式自由)を添えて、秘書課へ。レポートと面接により決定します。

●応募締切 5月21日(月)

問 市秘書課 TEL 23・5149

◇上田市社会教育委員

●応募資格 市内在住の20歳以上の方(公募により審議会へ参画できるのは一人1審議会まで)

●募集人員 若干名

●任期 委嘱の日から2年間

●審議の内容 社会教育に関する提言を教育委員会に行います。

●応募方法 所定の申込書(生涯学

習課または上田市ホームページにあり)に「上田市の社会教育に望むこと」と題したレポート(800字以内・書式自由)を添えて、生涯学習課へ。レポートと面接により決定します。

●応募締切 5月21日(月)

問 市生涯学習課 TEL 23・6370

<広告欄>

ぬくもりと笑顔あふれる、本物の住まい



青木村 晴楽の家

当社は全棟

★長野県産材(木曾ひのき・遠山杉・信州唐松・信州赤松)

★長期優良住宅

★ふるさと信州・環の住まいで造ります!

イベント予定

■5月19・20日 お客様のお住まい完成・構造見学会

■5月26・27日 増改築ありがとうフェア開催

■陽なたの家 毎週土日はお住まい相談会開催中!

※詳しくはHPをご覧ください

陽なたの家 開館日:土曜・日曜・祝日 AM10:00~PM5:00
モデルハウス 平日・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。

太陽光発電 + OMソーラー
光と熱を上手に使う
ハイブリッド住宅です!

陽なたの家



美し信州建設株式会社
TEL 0268-27-6667

上田市ス。ポーツ少年団 団員追加募集

硬式野球、バレーボール、相撲、乗馬、ソフトボール、レスリング、ハンドボールなど。詳細は問い合わせください。

●対象 小学1年生～高校3年生の男女

●申込締切 6月29日(金)
 (財)上田市体育協会
 TEL 27・9400

市民農園利用者を 追加募集

市民農園の利用者を追加募集します。契約後、直ちに利用いただけます。詳細は問い合わせください。

●追加募集地区 諏訪形、塩尻、常磐城

●利用料 1区画(約100平方メートル)年間5000円

●申し込み 電話で、または農政課窓口へ(先着順)。

●市農政課 TEL 23・5122

初級・中級英会話教室 受講生募集

●期間 6月～平成25年3月(前期・後期各10回の年間20回)

●場所 丸子公民館

●コース 初級(初心者対象、日本人講師/月2回程度、金曜日の午

募集

後7時～8時)、中級(外国人講師/月2回程度、火曜日の午後7時～8時)

●対象 市内在住・在勤の成人の方
 ●定員 各20名

●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、5月18日(金)までに丸子公民館へ。

●その他 定員になり次第締め切り。なお、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。

●教育事務所 TEL 42・3147

美ヶ原高原パーク ボランティア募集

美ヶ原自然保護センターでは、平成24年度的美ヶ原高原パークボランティアを募集します。

●活動期間 5月上旬～11月上旬(期間中7日以上活動できる方)

●場所 美ヶ原高原

●内容 美ヶ原高原の自然解説、パトロール、美化清掃活動、公園施設の維持管理等。

●申し込み 5月8日(火)までに松本市役所観光温泉課に名前、住所を電話かFAXでお知らせください。案内書・申込み用紙を送付します。

●その他 5月13日(日)に養成講座を開催します。詳しくは自然保護セ

ンターのホームページをご覧ください。

●美ヶ原観光連盟(松本市役所観光温泉課内)
 TEL 0263・34・8307
 FAX 0263・34・3049

河川愛護モニター募集

●内容 千曲川や犀川に関する意見、モニター自身の河川愛護に関する活動の報告や地域のイベントなどの情報、その他を最低月1回報告していただきます。

●対象 満20歳以上の方で、千曲川や犀川に接する機会が多く、河川愛護に関心をお持ちの方。

●任期 7月1日から平成25年6月30日まで

●募集人員 若干名
 ●報酬 月額4580円

●申し込み 5月18日(金)までにはがきに住所、氏名、年齢、電話番号を明記の上、「河川愛護モニター応募用紙希望」と記入し、〒380

10903 長野市鶴賀字峰村74番地 国土交通省 千曲川河川事務所 占用調整課 「河川愛護モニター募集」係宛に郵送してください。応募用紙と説明書を郵送します。

●国土交通省千曲川河川事務所 占用調整課

TEL 026・227・7768

<広告欄>

亡くなった方の名義のままだと不動産の資産価値は0円に等しいってホント？



司法書士・行政書士・塩川洋昌
 (長野県司法書士会・行政書士会所属)

- ☑ 土地建物の名義変更をしたい！
- ☑ 遺産分割協議書を作りたい！
- ☑ 遺言書を作成したい！

※詳しくはお問合ください。無料相談実施中!!

上田佐久 相続遺言 相談センター

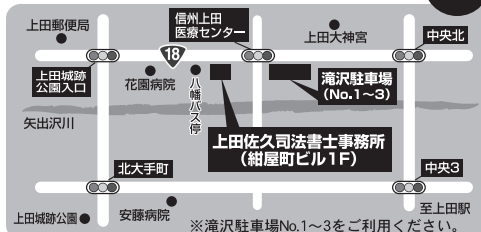
0120-112-489

予約受付/10:00～19:00

運営/上田佐久司法書士事務所 代表/0268-71-0485
 上田市中央西1-15-34 紺屋町ビル1階

名義変更(相続登記)しないで放置すると、
 名義変更が困難になる可能性があります。

事務所
案内図



※滝沢駐車場No.1～3をご利用ください。

地域で守りたい、その一心で 玄蕃山公園の整備を進めています。

遠藤正明さん えんどう・まさあき

上田菅平インターチェンジ東側の高台に位置する玄蕃山公園。園内には平成9年から自治会と上田ライオンズクラブ主催で約3千本のオオヤマザクラが植樹され、毎年4月中旬には多くの花見客が訪れるようになりました。

「上田市の玄関口」にふさわしい公園として、地域住民が一体となって景観を保全していきたいと、平成21年度にわがまち魅力アップ応援事業に応募したことをきっかけに、自治会内に玄蕃山緑地公園運営委員会を立ち上げ、現在は6人の委員で活動しています。委員長の遠藤正明さん(左)の写真後列右は、「約5haある公園は整備をしないと荒れてしまう。公園の景観を守るために、継続的に整備するきっかけにしたかった」と話します。



長島自治会では、わがまち魅力アップ応援事業の自治会を対象とした、個性あるふるさとづくり事業の採択を平成21年度に受け、「玄蕃山公園の桜を活かしたふれあいの里づくり」事業を行っています。毎年、オオヤマザクラが花を咲かせる4月には、自治会主催で花見会を開催し、多くの会員が参加し交流と親睦を図っています。今年は、新たに市から配布されるシダレザクラとヤエザクラの植樹を予定していて、今後は玄蕃山公園一帯を様々な桜で彩り、多くの市民が訪れる美しい公園にしたいとしています。

これまでは、年3回、自治会員約100人が参加し、マレットゴルフ場を含む公

園一帯から国道144号沿いの歩道の草刈りや、散策道の整備を実施するなど環境美化活動を進めてきました。また、地域の子どもたち、自分たちの手で公園を整備し地域住民と触れ合って欲しいと、神科第一保育園や育成会へ働きかけ、同委員会メンバーと一緒に園内の花壇へ花の植え付け作業を行っています。昨年6月には、マリーゴールドなど夏花の苗の植え付け作業を、園児30人や、小学生とPTA40人がそれぞれ行い、また、8月には中学生とPTA47人が花壇や通路の草取り作業などを行いました。遠藤委員長は、「子どもたちと一緒に花を植栽し交流することは楽しい。これからも年間を通じて花を楽しめる公園にするために整備を続けていきたい」といいます。



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>



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)

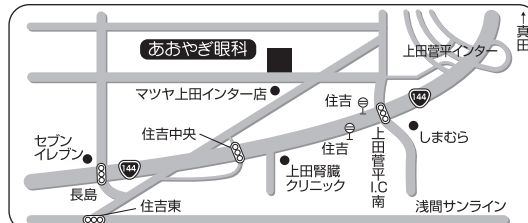
〒386-0002 上田市住吉577
(マツヤ上田インター店前)

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)



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。

市花「さくら」制定を記念して

さくら植樹式を開催



4月15日、市花「さくら」の制定を記念して、さくら植樹式が上田城跡公園芝生広場で行われました。

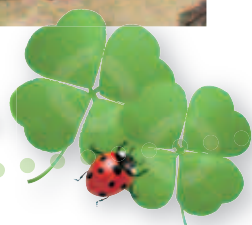
市花は、昨年新生上田市5周年の節目を迎えたことから、自然と人が調和した、風格と魅力あふれるまちづくりを進めるため、また新市の一体感をより確かなものとするシンボルとして制定されました。制定にあたり市民アンケートを行い、市の花として桜が1位だったこと、更には市内には桜の名所が多数あり、桜は市民に最も身近で愛されている花であることなどから「さくら」を市花に決定し、表記は親しみやすいひらがなとしました。

式では、母袋市長が「今後、市の施設あるいは市民の集う場などに桜を植えていき、桜いっぱいの上田市にしていきたい」とあいさつ。その後、市長や来賓と一緒に市内中学校の吹奏楽部代表とガールスカウトの子どもたちにより、芝生広場に4本の桜が植樹されました。

また式では、市内8中学校吹奏楽部約250人による記念演奏として「さくらさくらブラスロック」が演奏され、集まった人から大きな拍手が送られていました。



四ツ葉スケッチ



忍たま乱太郎の体験型シンポジウム 真田十“遊”士になろう



3月17日、真田中央公民館で生涯学習シンポジウム「忍たま乱太郎と遊びのチカラ」が開催されました。

第1部は、ワークショップ「遊びのチカラを体験する」として、風呂敷の覆面で忍者にふんじた参加者が、忍者の修行や忍術に見たてた様々な遊びを体験。赤沢侑亮さん(竹室)、一之瀬慧汰さん(下原)は「忍者の修行で巻物をみんなで見つけるのが楽しかった」と話していました。

参加者は、初めて会った人たちと協力することの大切さと、一緒に楽しむことの喜びを実感した様子で、終了時に忍者頭から秘伝の書をもらい立派な真田十“遊”士になりました。

第2部は、「果報は寝て待とう!!」と題して、忍たま乱太郎の原作者^{あまこ}尼子騷兵衛^{さそうべゑ}さんの講演が行われました。

忍たま乱太郎がアニメ化されたときのエピソードなどを交えて、夢や希望を持つことの大切さを語りました。

県外からも熱心なファンが訪れた会場には講師が収集した数多くの武具や忍者道具などが展示され、訪れた人が興味深く見入っていました。





晴天に恵まれた4月15日、下小寺尾地区にある一心神社で祭典が行われ、火渡りと刃渡りを見ようと、子どもからお年寄りまで大勢の見物客でにぎわいました。

火渡りは薪を「井」の字形に積み、行者が火をつけた薪の上で祈禱を行い、炎が鎮まると火中から真っ赤に焼けた剣を掘り出し、それをかざして素足で次々と火床を渡ります。

行者の火渡りが終わると、一年間の無病息災や幸福を祈念し、訪れた皆さんが火渡りの荒行に挑戦しました。

参加者は「足はとても熱かったけれど、今年も健康で幸せな年になるように祈りながら渡りました」と話していました。

またその後に、約4mほどの高さに組み立てられたやぐらにかけた剣梯子を、素手素足で登る刃渡りも行われました。行者が一段一段上る姿を来場者は息をのんで見つめていました。

この祭りが終わると、武石の里に本格的な春が訪れます。



一心様の祭典

春を告げる歴史的な祭り



このコーナーでは、4地域の話や出来事などを紹介しています。

3月29日から4月2日、春の音楽村キャンプinうえだが、信州国際音楽村をメイン会場に開催されました。これは、東日本大震災による原子力発電所事故の影響で、いまだに外遊びが制限され、公園などで自由に遊ぶことのできない福島県二本松市の子どもたち25人を招待し、放射能汚染の心配のない上田で外遊びなどを楽しんでもらい、心と体をリフレッシュしてもらおうと、信州上田リフレッシュ合宿実行委員会が開催したものです。



福島からクルー 春の音楽村キャンプinうえだ
福島の子どもたちに安心と笑顔を



昨年のサマーキャンプinかけゆに続き2回目となる今回は、信州国際音楽村での音楽交流会やレクリエーションによる上田市の子どもたちとの交流、菅平高原での雪遊びや音楽村公園での芝滑りなど、現在の二本松市ではできない体験や遊びを満喫。毎日のお風呂も霊泉寺や鹿教湯などそれぞれの温泉を楽しみました。

実行委員会事務局の直井恵さんは、「子どもたちが5日間を、おもいきり遊びきった感じがとても印象的でした。これからも継続して子どもたちが安心して遊べる機会を作っていきたい」と話していました。





ありがとうを伝えた 清明小学校・講堂で「お別れ会」 情報提供／清明小学校PTA

半世紀にわたり子どもたちの成長を見守り続けた市立清明小学校の体育館が、平成24年度建替となることから、3月24日、「お別れ会」が開催されました。

同校の体育館は、全校集会や音楽会など学びの場として親しまれ、昭和36年の建設当時から「講堂」と呼ばれてきました。

当日は、信州プロレスや落語家・立川談慶さんたちによるアトラクションの後、講堂の壁に大人も子どもも、ありがとうなどのメッセージを書き込む大落書き大会。

その後昭和40年に同校をNHK小学校合唱コンクール全国1位に導いた元教諭・白石みさよさん(東御市)の指揮で校歌を合唱し、講堂に響く歌声に、懐かしさを感じながらのお別れ会となりました。会の最後には、感謝の気持ちを込めて広い講堂の床を参加者全員で雑巾がけをして終了しました。

発起人の中澤裕嗣PTA会長(木町)は、「親子三代でお世話になった講堂。こんなにたくさんの方が同じ思いでお別れをするために集まってくれるとは」と感無量の面持ちで話していました。



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。

「広報うえだ」へのご意見・ご要望などをお寄せください。

郵送、電話、FAX、Eメール(koho@city.ueda.nagano.jp)で、秘書課まで。

人の動き(平成24年4月1日現在)

人口: 158,693人 男: 77,674人 女: 81,019人 世帯数: 63,114戸
外国人登録者数: 3,845人 男: 1,784人 女: 2,061人

市政提言電話(留守録): 0268・25・2539 市政提言FAX: 0268・23・5111
市政提言メール: mayor@city.ueda.nagano.jp
上田市ホームページURL: http://www.city.ueda.nagano.jp/

この印刷物はグリーン購入法の基準を満たす紙を使用しています。