Ueda

上田市民と行政をつなぐ、お役立ち情報紙

広報うえだ
11月号
2019（令和元年）
No.321

特集

……36ページから

ウエダとブドウとワイン

令和元年台風第19号
1日も早い復興を目指して …… 2

バレーボール国内トップリーグに初参戦
ブリリアントアリーズ　ホームゲーム開催 5

地域の優れた景観づくり
令和元年度 上田市都市景観賞が決定 …… 6

ご家族でお越しください
市民の森スケート場がオープン！ …… 7

ラグビーイタリア代表　フォトレポート
ありがとう! AZZURRI! …… 34

令和元年台風第19号の被害から1日も早い復興を目指して

市民の皆さまへ

台風第19号の影響により全国各地で災害が発生し、上田市内でも、千曲川をはじめ各河川で増水による護岸の洗掘や土砂崩落などにより交通遮断、住宅地への浸水など大規模な被害が発生しました。このたびの災害により、被害に遭われた皆さまに心よりお見舞い申し上げます。

災害発生時から迅速に復旧作業をしていただいた上田市防災支援協会の皆さま、住民の安全確保にご協力いただいた自治会の皆さま、消防団の皆さま、泥あげや災害ごみの片づけなどのボランティア活動に参加いただいた皆さま、また、避難所開設後すぐに、炊き出しをしていただいた皆さまなど、多くの場面において市民力を肌で感じることができ、胸が熱くなりました。ご支援いただいた皆さまに改めて深く感謝申し上げます。

被害に遭われた皆さまにとりまして一日も早く元の上田市に戻れるように、関係機関と協力して、全力で取り組んでいくとともに、より一層安心安全なまちづくりを目指してまいります。

上田市長　土屋陽一

24時間体制で復旧作業にあたった上田市防災支援協会の皆さん

流入した土砂を片付ける長野大学学生ボランティアの皆さん

昼夜を問わず被災現場で活動する消防団の皆さん

── 被災された方への支援制度は、裏表紙（40ページ）に掲載しています ──

復旧作業が進む千曲川左岸の堤防

濁流となった千曲川（小牧橋付近）

土砂が流れ込んだ国道254号線（丸子・西内）

道路が陥没した武石新橋周辺（武石）

道路が陥没した四日市橋周辺（真田）

ふるさと納税を通じた災害支援寄附を受け付けています

市内外の皆さんから温かいメッセージとともに寄附が届いています。ご支援をいただいた皆さんありがとうございます。

●**寄附額**　1,804件／1,972万2,238円（10月31日時点）

●**寄附いただいた方からの応援メッセージ**（抜粋）

- 大好きな上田の痛々しい姿が連日報道されているのに、何も出来ない事に落胆しています。少しですが、気持ちばかりをお送りいたします。真田魂で復活されることを祈っております！頑張れ上田！
- 上田市に９年住んでいました。仕事の都合で離れましたが、今でも住みたい街、帰りたい街です。わずかばかりですが、応援の気持ちとして寄付させていただきます。

問　上 移住交流推進課　TEL21・0061

令和元年台風第 19 号 上田市災害義援金を受け付けています

受け付けた義援金は、上田市災害義援金配分委員会により公平に配分が決定され、被災された市民の方に届けられます。

●**募集期間**　令和２年３月31日㈫までの平日 8:30～17:15

●**受付方法**　本庁舎１階、各地域自治センターに義援金箱を設置するほか、以下の口座への銀行振込でも受け付けています。

金融機関	口座番号	名　義
八十二銀行 上田市役所出張所	（普通）77036	上田市災害対策本部（ウエダシサイガイタイサクホンブ）
ゆうちょ銀行	00100-7-515226	

●**その他**　この義援金は、「都道府県、市町村又は特別区に対する寄附金」に該当します。領収証明書が必要な場合は、入金する前に下記へ申し出てください。

問　上 福祉課　TEL71・8081

●今すぐ登録を！ 上田市からの緊急情報

市では、災害情報やそれに伴う避難情報を電子メールで配信していますので、ぜひご活用ください。

問　上 広報シティプロモーション課　TEL71・8080

登録方法　「mail.ueda-city@raiden.ktaiwork.jp」へ空メールを送信すると、本登録用の返信が届きます。
※「@city.ueda.nagano.jp」が受信できる設定にしてください。

空メール送信はこちらから

情報ピックアップ

上 上田市役所
丸 丸子地域自治センター
真 真田地域自治センター
武 武石地域自治センター

お知らせ　別所線マイレールチケット販売中

上田電鉄別所線では、お得なマイレールチケットを販売しています（春と秋の２回のみ）。

●販売期間　11月30日㈯まで
●販売場所／時間　●別所線上田駅／7:30～20:00　●下之郷駅／7:30～20:00　●別所温泉駅／9:00～16:00　●長野大学生活協同組合／平日10:00～18:00（水曜日のみ15:30まで）
●内　容　一冊20枚つづり。まちなか循環バス・上田市街地循環バス（青バス・赤バス）共通無料乗車券２枚、あいそめの湯特別割引券・岩盤浴割引券（共に200円引き）各１枚付き。
●割引率　15%（通常の回数券は9.1%）
●有効期間　令和２年９月30日㈬まで
●詳　細　上田電鉄ホームページをご覧ください。

上田電鉄ホームページ

問　上 交通政策課　TEL23・5011

別所線代行バスを運行しています

別所線は、台風第19号による千曲川橋梁の被害のため、便数を減らして運転しています。

また、一部区間ではバスでの代替運行を実施しており、全区間での運転再開の見込みは立っていません。

代行バスの運賃は別所線の運賃と同じで、定期券、回数券の利用も可能です。

運行ダイヤ、運行ルート等は、市ホームページ、または上田電鉄のホームページをご確認ください。

一部区間で運行している代行バス

お知らせ　年末の交通安全運動

子どもと高齢者の交通事故防止

年末は、夕暮れ時の歩行中・道路横断中の事故、交差点における事故が増えるほか、飲酒機会の増加や、積雪・凍結による道路環境の悪化に伴う重大事故の発生が懸念されます。

●期　間　12月１日㈰～12月31日㈫
●運動の重点

①夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
●夕暮れから夜間の外出時は、夜光反射材や自発光材などを使用して、ドライバーに自分の存在をアピールしましょう。
●車や自転車のライトを早めに点灯し、前照灯の切り替えをこまめに行いましょう。

②高齢運転者の交通事故防止
●運転に不安を感じたら、運転免許センター、上田警察署、または下記へ相談しましょう。
●高齢者マークを表示している車に対しては、思いやりを持った運転をしましょう。

③飲酒運転の根絶
●飲酒運転四（し）ない運動
「飲んだら乗らない」、「乗るなら飲まない」、「乗る人には飲ませない」、「飲んだ人には運転させない」

問　上 生活環境課　TEL22・4140

催し　ルートインホテルズ ブリリアントアリーズ ホームゲーム開催

国内トップリーグに初参戦するチームをみんなで応援しよう！

ホームタウンとして市で協力を行っている女子バレーボールチームのブリリアントアリーズのホームゲーム（Ｖ２リーグ）が開催されます。

●日　時　①12月14日㈯ 15:00～
②12月15日㈰ 14:00～
●場　所　自然運動公園総合体育館
●対戦相手　①GSS東京、②アランマーレ
●料　金　プレミアムシート3,600円
アリーナ席2,500円
自由席・応援席1,800円
●詳　細　ブリリアントアリーズホームページをご確認ください。

ブリリアントアリーズホームページ

問　上 スポーツ推進課　TEL23・5196

お知らせ　口（くち）の機能の衰え「オーラルフレイル」

口と歯の健康が心身の健康につながります

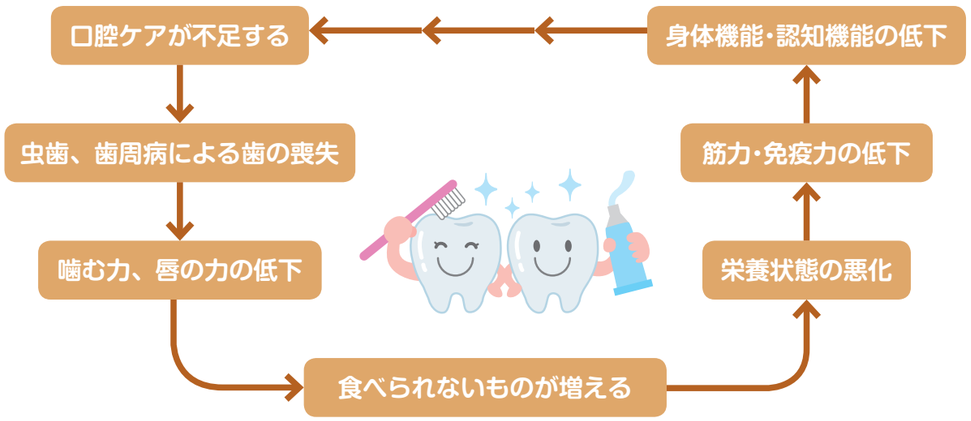
最近、以下のようなことが気になりませんか。

●半年前に比べて、かたいものが食べにくくなった
●食事で食べこぼすようになった
●滑舌が悪くなった
●お茶や汁物でむせることがある
●口の渇きが気になる

それは加齢に伴う口の機能の衰え「オーラルフレイル」のサインかもしれません。

口のささいな衰えを放置すると、食事が偏り、栄養状態が悪化することで、全身の筋肉量が低下し、口と全身の虚弱化が進むという悪循環につながります。そのまま放置しておくと心の健康にも大きく影響し、やがて心身の虚弱（全身のフレイル）を招く可能性があります。

これを防ぐには、普段からよく噛（か）んで食事をしたり、新聞や本を音読することで、唇・舌・声帯を動かし、併せてかかりつけ歯科医をもって定期的な検診と指導を受けて、口の健康を維持していきましょう。



問　上 健康推進課　TEL28・7123

市民の森スケート場がオープン！

問　市民の森スケート場（営業期間のみ）　TEL27・9396
上 スポーツ推進課　TEL23・6372

毎年、たくさんの家族連れにご利用いただいている市民の森スケート場が今年もオープンします。昨年に引き続き、特別入場割引券を発行します。

●期間　12月21日㈯～令和２年２月９日㈰（12月31日㈫・1月1日（水・祝）は休場）
●時間　9:00～16:30（最終入場16:00）
●料金　入場料760円（中学生以下300円、未就学児無料）、観覧者300円
貸靴料金400円／足
●その他
- 12月21日㈯・22日㈰、および２月９日㈰は無料開放します（貸靴は有料）。
- 育成会、公民館等で使用する際は、料金が減免となる場合があります。
詳細は、上スポーツ推進課へ問い合わせください。
- 施設内の食堂を期間中の土・日曜日、祝日および12月30日㈪、１月２日㈭・３日㈮の10:00～14:00に営業しますのでご利用ください。
- 滑走の際は、危険防止のため帽子・手袋を着用してください。

市民の森スケート場まつり

スポーツレクリエーション祭2019 冬の部「市民の森スケート場まつり」を開催します。当日はスケート場入場料が終日無料となります（貸靴は有料）。

●日時　12月22日㈰9:00～14:30（スケート場は16:30まで営業）
●内容　スピードスケート講師の模範滑走、スケート講習会（先着160名）、氷上パン取り競走（先着380名）、パイプ椅子押し競走（先着70組140名）、きのこ汁の振る舞い、ゆるキャラ（アルクマ、あかりちゃん）の登場
●講師　神津志保美（こうづしほみ）氏（バンクーバーオリンピック出場）
小林成光（こばやしまさみつ）氏（インターハイ、インカレ出場）
●持ち物　防寒着、帽子、手袋
●その他　内容、講師は変更になる場合があります。
●当日問い合わせ　上 スポーツ推進課　TEL090・9357・5949
問　上 スポーツ推進課　TEL23・5196

入場割引券を発行します！　以下の割引券を切り離してスケート場に持参してください。

キ リ ト リ 線

市民の森スケート場割引券
入場料　一般　760円→560円
中学生以下　300円→100円
本件１枚につき、お一人様１回限り有効
観覧者の方は、本券を使用できません
有効期限：令和２年２月８日㈯まで
上田市　上田市印

キ リ ト リ 線

市民の森スケート場割引券
入場料　一般　760円→560円
中学生以下　300円→100円
本件１枚につき、お一人様１回限り有効
観覧者の方は、本券を使用できません
有効期限：令和２年２月８日㈯まで
上田市　上田市印

令和元年度 上田市都市景観賞が決定しました

上田市都市景観賞は、優れた景観の形成に寄与する建築物、工作物、広告物などや、地域の優れた景観づくりに努めている団体やグループ、個人を表彰するものです。

上田市景観審議会で、応募件数11件の中から、次の４件が上田市都市景観賞として選定されました。受賞者および受賞団体は、11月23日（土・祝）にサントミューゼで開催する「信州上田 景観・花と緑 まちづくりフォーラム」（広報うえだ10月号P７参照）において表彰されます。

■シャトー・メルシャン 椀子（まりこ）ワイナリー（長瀬）
施主／メルシャン㈱
設計者・施工者／㈱ヤマウラ
【審査コメント】
シンプルでありながらモダンな建物と、近景に手入れの行き届いたぶどう畑、遠景に浅間山の長い裾野を望む景観が見事です。

■石森良三商店（中央３丁目）
施主／石森周一（いしもりしゅういち）氏　設計者／㈱降幡建築設計事務所
施工者／㈱林工務店
【審査コメント】
昔ながらの建物を大切にするリノベーションにより、古い建物の温かみや上田らしさが感じられます。また、近隣の土蔵造りとの調和も図られている点も素晴らしいです。

■舌喰池　憩いの広場（手塚）
整備団体／手塚自治会
手塚ため池総合整備事業検討委員会
【審査コメント】
地域住民自らが整備し、丁寧な維持管理を行い作り上げた素晴らしい広場です。四阿山や烏帽子岳、独鈷山などの山並みを望め、塩田平らしい風景を醸し出しています。

■宮島邸　通りに開いた前庭（古里）
施主／宮島武宏（みやじまたけひろ）氏　設計者／㈲関建築とまち研究室
施工者／㈱図南
【審査コメント】
先進的なデザインで、周囲の景観を向上させるような影響力を感じます。所々に植栽された緑の木々が、静けさや落ち着きを作り出しています。

問　上 都市計画課　TEL23・5127

償却資産にも固定資産税がかかります

償却資産とは

商店・工場などを経営している方や、アパート・駐車場などを貸し付けている方が、その事業のために用いることができる構築物・機械・器具・備品等（土地・家屋を除く）の資産のことをいいます。土地・家屋と同じように固定資産税が課税されます。

「事業のために用いることができる」とは、所有する償却資産を自己の営む事業のために利用する場合だけでなく、社員の福利厚生施設や、事業として他者に貸し付けている場合も含みます。

太陽光発電設備（売電設備）も償却資産です

野立て、カーポート上、住宅・店舗・工場等の屋根の上の売電設備は申告対象となる償却資産です。

個人で売電を行っている方も対象です。

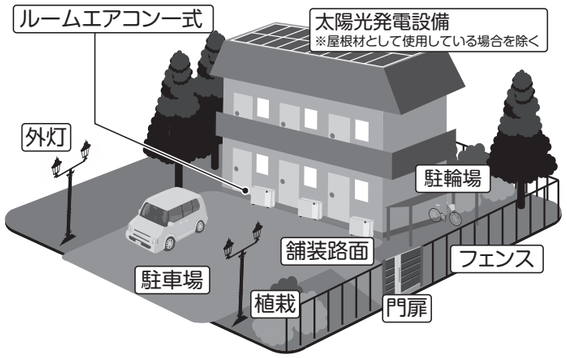
償却資産の申告のご準備を！

償却資産は、確定申告だけでなく、固定資産としての申告も必要です。

上田市内に償却資産を所有している方は、毎年１月１日現在に所有する資産の申告をお願いします。

期限直前は混雑が予想されるため、早めの申告にご協力ください。

償却資産として申告が必要な資産
●賃貸（共同）住宅の場合



令和２年度の申告

●申告期限　令和２年１月31日㈮

●対象（個人および法人）

令和２年１月１日㈬時点で、次のいずれかに該当する方

①市内で事業を営んでいる方

②市内で事業用の償却資産を貸し付けている方

③市内で太陽光発電による売電を行っている方

●申告対象資産（業種別の例）

共通	駐車場設備、外構、看板、パソコン、エアコン、レジスター　など
飲食店	接客用家具・備品、厨房設備、冷蔵庫、放送設備、自動食器洗浄機　など
理容・美容業	理容・美容いす、サインポール、看板、パーマ機　など
不動産貸付	屋外電気設備、自転車置場、駐車場、フェンス、ごみ置き場　など
工場	旋盤、プレス機、溶接機、金型、切削工具、ボール盤　など
農業	ビニールハウス、農業用車両（小型特殊自動車を除く）、農業用器具　など

※申告が不要な資産

・自動車税、軽自動車税の対象となる乗用車・貨物自動車など

・ソフトウェア、電話加入権、商標権、特許権、営業権などの無形固定資産

・家屋として固定資産税が課税されている屋根材一体型のソーラーパネル

●申告方法

●昨年申告された方には、12月初旬に「償却資産申告書」を郵送します。申告書が届いた方は、期限までに下記へ提出してください。資産に増減がなかった場合も申告が必要です。

●新たに事業用の資産を取得された方や申告書が届かない方は、下記にご連絡ください。

一部の方の申告書類が変わります

令和２年度の申告から、「償却資産報告書」が廃止となり、「償却資産申告書」に統一されます。詳細は、12月初旬にお送りする申告書に同封するチラシをご確認ください。

問　上 税務課　TEL23･8245

留守家庭の児童を預かります
令和２年度の放課後児童クラブの利用申請を受付

「保護者の仕事と子育ての両立」と「児童の健やかな成長」を支援するため、児童が放課後や学校休業日に安心して生活できる場所として、全ての小学校区に放課後児童クラブ（児童クラブ･学童保育所）を設置しています。放課後児童クラブでは専任職員が保育にあたり、さまざまな学年の児童が一緒に遊び、読書、宿題などをして楽しく過ごしています。

●料　金　児童クラブ
／月額3,000円（利用日数が月10日未満の場合は日額300円）
学童保育所／月額6,000円
※きょうだい利用やひとり親家庭の場合は減額されます。
※別途おやつ代、保護者会費が必要となる場合があります。

●申請期間　11月25日㈪～12月６日㈮（日曜日は除く）
平　日／13:00～19:00
土曜日／ 8:00～19:00

●申請方法　11月18日㈪以降、各児童クラブ、学童保育所で申請書類（市ホームページにもあり）を受け取り、必要事項を記入し就労証明書等を添付の上、利用を希望する児童クラブ、または学童保育所へ必ず申請期間内に提出してください。就労証明書の発行に時間がかかる場合や、就労前等の事情により、期間中に用意ができない場合は早めにご相談ください。

※特別な配慮が必要な児童も申請できます。医師の診断書等を添付の上、放課後児童クラブにご相談ください。

※放課後児童クラブには定員があります。期限後の申請や小学校高学年児童の場合は、希望に添えない場合があります。

※追加で書類の提出をお願いする場合があります。

※分室がある放課後児童クラブでは、申請受付後に分室への割り振りを行う場合があります。

●詳　細　各小学校区の放課後児童クラブ等の連絡先は、市ホームページをご覧ください。

問　上 学校教育課　TEL23･5195

Webサイトと FMラジオで上田でやりたいことが見つかる！

うえだ大好き！

Webサイト
「うえだ大好き！」

FMラジオ
毎　週｜木曜19:00～
再放送｜金曜15:30～

うえだ大好き　検索　　はれラジ　検索

平成30年度の決算状況をお知らせします

平成30年度の市の決算がまとまりました。皆さんから納めていただいた税金や、国・県の補助金などがどのように使われたのかをお知らせします。

◎表示単位未満を四捨五入しています。端数処理のため合計額は一致しないことがあります。

問 財政課 TEL23・5113

一般会計

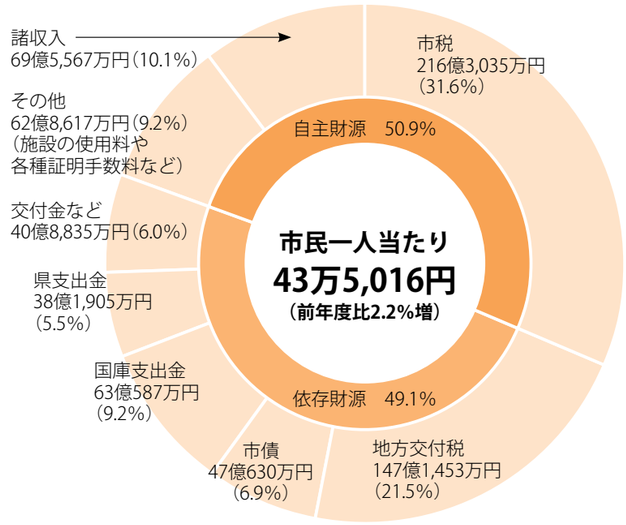
一般会計の決算は、歳入総額が685億円余、歳出総額は661億４千万円余となり、平成31年度へ繰り越す財源１億８千万円余を除いた実質収支は、21億８千万円余の黒字となりました。

※市民一人当たりの金額は、平成31年４月１日現在の住民基本台帳人口（15万7,480人）で割ったものです。

１年間に市に入ったお金（歳入）
［685億630万円］
－
１年間に市が使ったお金（歳出）
［661億4,163万円］
－
翌年度繰越財源［1億8,306万円］
－
前年度実質収支［17億8,914万円］
＝
単年度収支［3億9,247万円］

歳入

決算額 685億 630万円



自主財源：市税、使用料など市が自主的に得られる財源

依存財源：地方交付税、国・県支出金、市債など国や県の基準によって定められた額が交付される財源

目的税（入湯税と都市計画税）の使いみち

●入湯税（4,370万円）

観光施設の整備、消防施設などの整備、環境衛生施設の整備などに要する費用に充てるため、温泉の入湯客に納めていただく目的税です。

【入湯税を充てた主な事業】	事業費
○観光施設の整備	120万円
○観光振興（観光施設の整備を除く）	1億5,989万円
○消防施設等の整備	2,810万円
○環境衛生施設の整備	824万円
○基金への繰入れ	2,100万円

●都市計画税（10億9,454万円）

都市計画事業などに要する費用に充てるため、都市計画区域内の土地、または家屋の所有者に納めていただく目的税です。

【都市計画税を充てた主な事業】	事業費
○街路の整備	3,219万円
○公園の整備	1,435万円
○下水道の整備	7億9,281万円
○上記事業の地方債償還	44億1,085万円

財政状況

財政の健全性を示す財政指標は、いずれも早期健全化基準を下回っており、健全な数値となっています。実質赤字比率および連結実質赤字比率は黒字決算のため、該当がありませんでした。

指　標	内　容	結果	早期健全化基準※
実質赤字比率	一般会計を中心とした赤字の割合	－（5.51%黒字）	11.46%
連結実質赤字比率	全会計（一般、特別、企業）の赤字の割合	－（31.72%黒字）	16.46%
実質公債費比率	年間の借金返済額の割合	5.4%	25.0%
将来負担比率	将来に負担が見込まれる負債（借金）の割合	26.7%	350.0%

※この基準を超えると国の定めに従い、健全化に向けた取り組みが必要になります。

市の予算は、使う目的別に区分しています。

各区分に掲載している事項は、平成30年度に実施した主な事業です。

それぞれの区分に含まれる人件費は総額で99億円（歳出総額の15.0%）、普通建設事業費は総額で47億円（歳出総額の7.1%）です。

商工費 ～商工観光の振興のために～ 52億円

市民一人当たり　3万3,319円

○中小企業金融対策事業…… 35億5,518万円
（中小企業の資金繰り支援、利子補給など）
○観光宣伝・施設整備等事業…… 10億5,799万円
（観光協会への負担金、観光施設の整備、管理委託など）
○商工業振興事業…… 1億8,614万円
（産金官連携推進事業補助金など）

衛生費 ～ごみ処理や健康づくりなどのために～ 38億円

市民一人当たり　2万4,255円

○広域連合・一部事務組合負担金…… 10億4,146万円
（クリーンセンター、斎場、依田窪病院負担金など）
○ごみ処理、再資源化対策等事業…… 8億7,258万円
（ごみや資源物の収集・処理委託など）
○健康事業（各種健診や予防接種の実施など）…… 7億9,378万円
○医療対策事業…… 2億1,298万円
（内科・小児科初期救急センターの運営など）

農林水産業費 ～農業・林業の振興のために～ 28億円

市民一人当たり　1万7,701円

○農業集落排水事業会計への補助…… 9億5,326万円
○土地改良事業（農道整備、水路改修など）…… 5億8,785万円
○松くい虫防除対策事業…… 1億2,593万円
○農業振興費…… 1億1,791万円
（担い手農業者や新規就農者への支援など）

消防費 ～救急・消防のために～ 19億円

市民一人当たり　1万1,998円

○広域連合負担金…… 15億5,743万円
○消防団運営事業…… 1億2,327万円
（普通積載車の更新など）

議会費 ～市議会の運営のために～ 3.8億円

市民一人当たり　2,383円

○議員人件費…… 2億7,933万円
○議会運営事業等（政務活動費交付金など）…… 2,738万円

労働費 ～雇用の促進と労働者福祉のために～ 2.5億円

市民一人当たり　1,611円

○労働者福祉事業…… 1億6,561万円
（勤労者住宅建設資金融資預託金など）

災害復旧費 ～被災施設の機能回復のために～ 0.4億円

市民一人当たり　224円

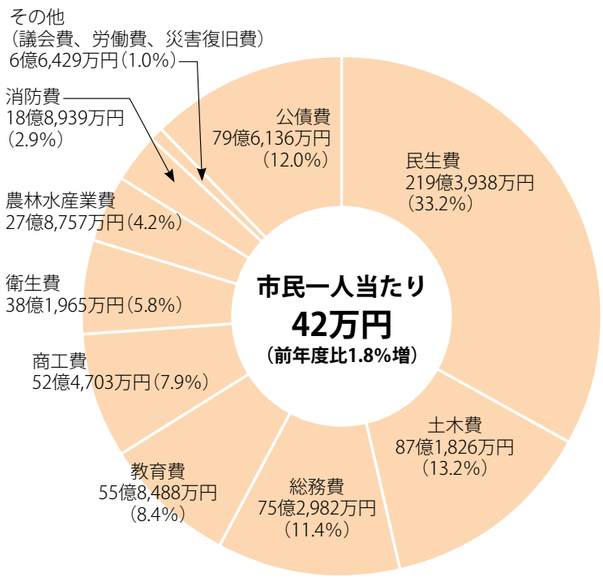
○農林水産業施設災害復旧事業…… 2,223万円
○公共土木施設災害復旧事業…… 889万円

公債費 ～借りたお金の返済のために～ 80億円

市民一人当たり　5万555円

歳出

決算額 661億4,163万円



民生費 ～福祉や子育て事業のために～ 219億円

市民一人当たり　13万9,315円

○自立支援給付事業…… 36億7,324万円
（施設支援給付費、居宅介護等支援給付費など）
○保育所費（管理、建設、民間保育所助成など） 33億6,941万円
○児童手当支給事業…… 25億　587万円
○介護保険費…… 21億8,422万円
○生活保護費…… 13億6,561万円

土木費 ～道路や河川などの整備のために～ 87億円

市民一人当たり　5万5,361円

○公共下水道事業会計への補助…… 26億3,497万円
○土地開発公社への貸付金……25億円
○市道新設改良事業…… 9億1,081万円
（五反田新屋線、中野小泉線バイパスなど）
○道路維持事業（除雪費など）…… 5億7,008万円

総務費 ～市の全般的な事務のために～ 75億円

市民一人当たり　4万7,814円

○市庁舎改修・改築事業…… 3億9,901万円
○交流文化芸術センター管理運営事業…… 3億3,850万円
○長野大学関係事業費（運営費交付金など）…… 3億　13万円
○自治会関係事業…… 1億8,365万円
（共同集会施設新設等補助金、広報配布業務等委託など）

教育費 ～子どもたちの教育などのために～ 56億円

市民一人当たり　3万5,464円

○小中学校管理運営事業…… 8億2,784万円
○体育施設管理事業（体育施設の管理委託など）… 4億4,071万円
○小中学校施設整備事業…… 3億　515万円
（第三中学校改築・第四中学校外構整備事業など）
○学校給食管理運営事業…… 2億8,392万円

上田市の財産

●基金　246億4,330万円

市の貯金ともいえる基金を、平成30年度は合計で13億円を積み立てる一方、7.2億円を取り崩して、事業実施のために活用しました。

【基金の年度末現在高】
（一般会計＋特別会計）

○財政調整基金	41億　920万円
○減債基金	47億5,931万円
○その他特定目的基金	135億6,952万円
○定額運用基金	22億　526万円

●市債残高　1,194億円

道路、学校、病院や下水道など社会資本整備のために市債（借入金）を活用しています。長期の借入を行うことで、財政負担を複数年に分け、計画的な財政運営を行っています。

区　分	平成30年度末
一般会計	628億8,832万円
特別会計	3億4,757万円
企業会計	561億4,695万円
合　計	1,193億8,283万円

●有価証券	7,120万円
●出資による権利	31億3,883万円
●土地	51,515,358㎡
内訳　宅地	2,278,298㎡
内訳　山林	41,434,875㎡
内訳　その他	7,802,185㎡
●建物（延床面積）	669,461㎡

特別会計　【歳入】339億円　【歳出】331億円

特別会計とは、特定の事業や資金などについて、その収支を明確にするための会計です。
特別会計全体の決算額（歳出）は、前年度と比べると、6.7%、23億6,091万円の減となりました。

会　計　名	決　算　額	
	歳　入	歳　出
土地取得事業	2億2,472万円	2億2,472万円
同和地区住宅新築資金等貸付事業	3,318万円	2,464万円
国民健康保険事業	155億8,026万円	153億3,761万円
後期高齢者医療事業	20億5,110万円	19億8,235万円
介護保険事業	157億1,844万円	152億9,753万円
駐車場事業	1億4,121万円	1億3,219万円
武石診療所事業	1億2,020万円	1億　91万円
合　　計	338億6,911万円	330億9,995万円

公営企業会計　【収入】134億円　【支出】166億円

公営企業会計とは、水道料金などの収益によって運営される会計です。
企業会計全体の決算額（支出）は前年度と比べると、1.9%、３億280万円の増となりました。

会　計　名	収益的収支※1		資本的収支※2	
	収　入	支　出	収　入	支　出
真田有線放送電話事業	4,808万円	3,935万円	8万円	78万円
産婦人科病院事業	5億1,249万円	5億9,336万円	1,586万円	2,382万円
水道事業	29億2,980万円	24億7,598万円	8億4,486万円	20億4,501万円
公共下水道事業	62億4,129万円	52億　6万円	8億7,678万円	39億8,824万円
農業集落排水事業	14億9,583万円	13億3,887万円	4億　479万円	8億9,174万円
合　　計	112億2,749万円	96億4,762万円	21億4,238万円	69億4,959万円

※1　収益的収支：人件費、施設の維持管理費、減価償却費など経営活動に必要な経費
※2　資本的収支：施設の整備・投資、借入金の償還金などの費用

情報 ア・ラ・カルト

上 上田市役所
丸 丸子地域自治センター
真 真田地域自治センター
武 武石地域自治センター

知 お知らせ

就学援助制度 小学校入学前支給の申請

経済的な理由で小・中学校への就学が困難と認められる児童・生徒の保護者に対して、学校教育活動に必要な費用の一部を援助しています。就学援助費のうち、小学校の「新入学用品費」について入学前支給を行います。詳しくは、小学校から配布するお知らせをご覧ください。なお、認定にあたり申請世帯の収入などを調査しますのでご了承ください。

●対象　令和2年4月に市内小学校に入学予定の方（特別支援学校に入学予定の場合は対象外）

●申し込み　小学校から配付される申請書を11月27日㈬～12月20日㈮に、郵送（〒386－0025　天神1－8－1　上田駅前ビル・パレオ5階　学校教育課宛）、または直接左記窓口へ。

問 上学校教育課　TEL23・5101

「生ごみ出しません袋」の申請期間を延長

生ごみ出しません袋の令和元年度の申請受付を令和2年3月31日㈫まで延長します。引き続き、ごみの減量・再資源化にご理解とご協力をお願いします。

●配布場所　上田クリーンセンター、丸・真・武市民サービス課

●配布枚数　1世帯30枚

●対象　「生ごみを可燃ごみとして排出しないこと」、「生ごみ以外のごみの減量・再資源化にも取り組むこと」を宣言できる、今年度まだ申請をしていない市内在住世帯

●その他　配布された袋を使い終わった世帯は、実績報告書を提出してください。

問 上廃棄物対策課　ごみ減量企画室　TEL22・0666

出張！マイナンバー受付 窓口inアリオ上田

マイナンバーカードの申請をアリオ上田ですることができる特別な1日です。この機会をぜひご利用ください。

●日時　11月30日㈯　午前10時～午後4時

●場所　アリオ上田2階　上田市インフォメーションコーナー前

●内容　マイナンバーカードの申請受付・無料写真撮影、マイナンバーカードに関する相談

●その他

●マイナンバーカードは左記、または丸・真・武市民サービス課窓口でお渡しします。お渡しするまでに、申請後1か月程度要します。

●マイナンバーカードの申請は希望制です。また、カードには有効期限があります。

問 上市民課　TEL23・5334

市内図書館の休館

図書館システムの更新を行うため、図書館を休館します。利用者登録や図書の貸し出し・返却、検索・予約（インターネット含む）などの業務も停止します。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解をお願いします。

●期間　12月23日㈪～令和2年1月9日㈭

●場所／問い合わせ
上田図書館／TEL22・0880
上田図書館創造館分室／TEL27・1758
上田情報ライブラリー／TEL29・0210
丸子図書館／TEL42・2414
真田図書館／TEL72・8080
武石公民館図書室／TEL85・2030
塩田公民館／TEL38・6883

都市計画変更（案）の縦覧

都市計画法および建築基準法に基づき、上田都市計画道路・用途地域の変更および建築物の形態規制の決定ならびに上田都市計画公園の変更案を縦覧します。この都市計画の変更について、縦覧期間満了の日までに意見書を提出することができます。

●変更案の内容
①上田都市計画道路の変更（長野県決定）／上田篠ノ井線ほか4路線
②上田都市計画道路の変更（上田市決定）／上田駅川原柳線ほか8路線
③上田都市計画用途地域の変更（上田市決定）／上川原柳町地区・染屋地区
④用途地域の指定のない区域内における建築物の容積率、建ぺい率および建築物の各部分の高さの制限を定める区域および数値の決定／染屋地区
⑤上田都市計画公園の変更（上田市決定）／城下公園

◇変更案の縦覧

●期間　11月28日㈭～12月13日㈮の8時30分～17時15分（土・日・祝日を除く）

●場所　上都市計画課（①～⑤）、上田建設事務所整備課（①②）、長野県庁都市・まちづくり課（①②）、市ホームページでも閲覧可

◇意見書の提出

専用の用紙（縦覧場所、または県・市ホームページにあり）に必要事項を記入の上、縦覧期間内に縦覧場所へ提出してください（郵送可。12月13日㈮必着。メール、FAX不可）。意見書は、市民、または利害関係者のみ提出できます。

問 上都市計画課　TEL23・5134

宝くじ助成金で自治会用備品を整備しました

下郷沢自治会（真田地域）では、宝くじの社会貢献広報事業である自治総合センターの「コミュニティ助成事業」を活用し、テーブル、椅子、食器棚など、新築した公民館の備品を整備しました。自治会員の交流に活用することで、コミュニティの活性化を図っていきます。

問 真地域振興課　TEL72・2202

宝くじ助成金で消防団用備品を整備しました

上田市消防団では、宝くじの社会貢献広報事業である長野県市町村振興協会の「地域活動助成事業」を活用し、D－1級軽可搬消防ポンプと軽可搬消防ポンプを収納するための物置を整備しました。女性消防隊による災害活動や訓練等に幅広く活用します。

問 消防総務課 TEL26・0119

消費生活センターからの注意喚起情報

上田市消費生活センターに寄せられている相談から、特に注意が必要な相談事例と、対策のポイントをお伝えします。

●事例

①祖母が、電気の勧誘電話のしつこさに困って、契約するつもりがないのに検針票の番号を電話の相手に伝えたようだ。今後の対処法を聞きたい。

②大手電力会社を名乗る事業者から電話があり、電気料金から5％割引になるという内容を説明され、お客様番号を聞かれたので答えてしまった。後日、大手電力会社の窓口に電話をし、そのような割引の制度がないことを知った。今度電話がかかってきたら、どのように対応したらよいか。

●消費生活相談員からのアドバイス

大手電力会社やその関係者を名乗り、電話によって電気の切り替えの勧誘をするという事例があります。契約する意思がないのであれば、事業者名を確認するとともに、はっきり断りましょう。また、検針票の記載情報を入手した事業者が、消費者の意に反して電気の契約の切り替え手続きを進めたという悪質な事例もあります。事業者から契約書面が送られてきたとしても、クーリングオフの手続きができる場合がありますので、左記へご相談ください。

問 上田市消費生活センター TEL75・2535

令和元年分 決算説明会・消費税等説明会

所得税および消費税の一般的な決算の仕方や、確定申告に当たっての注意点について説明会を開催します。

◇青色申告決算説明会

●日時

①12月3日㈫午前10時～正午

②12月3日㈫ 午後1時30分～午後3時30分

③12月4日㈬午前10時～正午

④12月11日㈬午後2時～午後4時

●場所

①②③上田商工会議所（大手1－10－22）5階 ホール

④セレスホール 小ホール

●対象 全ての青色申告者

◇白色決算説明会

●日時 12月10日㈫午前10時～正午、午後2時～午後4時

●場所 上田商工会議所5階 ホール

●対象 白色事業所得者等

◇消費税等説明会

●日時 12月18日㈬午前10時～正午

●場所 上田商工会議所5階 ホール

●対象 消費税課税事業者等

問 上田税務署 TEL22・1234（上税務課）

11月は子ども・若者育成支援強調月間

「あいさつ運動」や「登下校時の子どもたちの見守り」など、できることから実践しましょう。また、インターネットや情報機器を理解し、子どもたちの利用方法を家庭で考える機会を持ちましょう。

問 上生涯学習・文化財課 TEL23・6370

11月25日㈪～12月1日㈰は犯罪被害者週間

犯罪被害者やそのご家族が受けた被害の軽減や回復には、周囲の方の理解や協力がとても大切です。また、警察では、被害者やご家族の精神的・経済的負担軽減を図るため、各種制度を運用していますので、左記へ問い合わせください。

問 長野県警察本部 犯罪被害者支援室 TEL026・233・0110
上田警察署 TEL22・0110（上生活環境課）

11月は労働保険適用促進強化期間

労働保険とは、労災保険（労働者災害補償保険）と雇用保険を総称したもので、政府が所管する「強制保険制度」です。一部事業を除き、事業主は、労働者を一人でも雇っていれば労働保険に加入する義務があります。加入手続きが済んでいない事業主の方は、至急、加入手続きをしてください。詳細は左記へ問い合わせください。

問 ハローワーク上田 適用係 TEL23・8609（上地域雇用推進課）

働く女性の健康支援事業をサポートします

厚生労働省が委託する女性就業支援全国展開事業では、働く女性の心身の健康に関するセミナーや講習会を希望する事業所等に講師を派遣しています。

問 女性労働協会 TEL03・5444・4151（上地域雇用推進課）

11月分 市税等の納期限

- 国民健康保険税 第5期
- 後期高齢者医療保険料 第5期
- 介護保険料 第5期

12月2日㈪までの納付をお願いします。

問 上収納管理課 TEL23・5117

12月10日㈫～16日㈪は北朝鮮人権侵害問題啓発週間

「拉致問題その他北朝鮮当局による人権侵害問題への対処に関する法律」が施行され、我が国の喫緊の課題である拉致問題の解決をはじめとする北朝鮮当局による人権侵害問題への対処が、国際社会をあげて取り組むべき課題となっています。この問題について、継続して関心を持ち、認識を深めることが大切です。

問 上人権男女共生課 TEL23・5393

長野県最低賃金が改正されました

長野県内の事業場で働く全ての労働者に適用される「長野県最低賃金」が、時間額848円に改正されました。最低賃金の引き上げに向けた中小企業への助成金等支援制度がありますので、ご活用ください。

問 最低賃金に関すること
上田労働基準監督署 TEL22・0338
中小企業・小規模事業者への支援事業等に関すること
長野労働局雇用環境・均等室 TEL026・223・0560（上地域雇用推進課）

募 募集

審議会等附属機関（2機関）の委員を公募

◇共通事項

●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）

●報酬 市の規定に基づき支給

●募集人員 若干名

●任期 委嘱日から2年間

●応募方法 12月2日㈪までに、所定の申込書（担当窓口、または市ホームページにあり）に必要事項を記入の上、担当窓口へ（郵送可）。後日面接により選考します。

◇上田市介護保険運営協議会

●内容 市の介護保険事業の運営に関して、市長の諮問に応じて調査審議する。

問 上高齢者介護課 TEL23・6246

◇上田市林業振興協議会

●内容 林業の総合的な振興の推進に関して、市長の諮問に応じて調査協議する。

問 上森林整備課 TEL23・5124

市営住宅12月期入居者を募集

●募集団地 千曲町3戸、内堀2戸、中丸子8戸、鳥屋1戸、上袁居1戸

なお、募集団地、募集戸数については変動する場合があります。申込資格、住宅の構造および家賃等の詳細は、左記へ問い合わせ、または市ホームページでご確認ください。

●申し込み 12月2日㈪～9日㈪午前8時30分～午後5時15分に、左記、または丸・貞・武市民サービス課へ。

●入居者決定方法 12月18日㈬に、中央公民館2階第1会議室で公開抽選を行います。申し込みのなかった住宅がある場合は、抽選後に、引き続き、当選されなかった方を対象とした再募集および抽選を行います。希望する方は参加してください。

●その他 ひとり親世帯、高齢者世帯、障がい者世帯など一定の要件を満たす世帯は、優先枠に申し込むことができますが、入居を保証するものではありません。

問 上住宅課 TEL23・5176

令和2年度採用非常勤職員（保育士）の募集

●勤務期間 令和2年4月1日～令和3年3月31日

※勤務実績により継続雇用あり。

●勤務場所 市内公立保育園

●勤務条件

- 休園日を除く月～金曜日（土曜日の交替勤務や行事等による休日出勤の場合あり）で週38時間45分で割り振り
- 社会保険、雇用保険、労災保険などに加入
- 賃金等は、上田市会計年度任用職員の給与及び費用弁償に関する条例に基づき支給

●応募資格 保育士資格、普通自動車免許のある方（いずれも令和2年3月31日までに資格取得見込含む）

●提出書類 履歴書（写真付）、保育士証の写し、または資格取得見込証明書

●応募方法 12月9日㈪までに、左記へ提出書類を郵送（〒386－0012 中央6－5－39 ひとまちげんき・健康プラザうえだ保育課宛）、または持参してください。書類選考後、面接試験の日時を電話連絡しますので、電話番号を必ず記入してください。

●試験期日 12月18日㈬・19日㈭

●試験場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ

●その他 令和2年1月頃にも同様の勤務条件で募集を行う予定です。今年度から勤務可能な方も随時募集しています。詳細は左記へ問い合わせください。

問 上保育課 TEL23・5132

各種検診申込書送付用封筒に掲載する広告主募集

令和2年度各種検診申込書を送付する封筒の裏面に掲載する有料広告の広告主を募集します。申し込み後、市と委託契約した広告代理店と相談いただきます。枠数に限りがあるため掲載できない場合があります。

●**応募資格**　市内に事業所があるなど、一定の基準があります。詳細は左記へ問い合わせください。

●**申し込み**　11月29日㈮までに、左記へ電話で。

問　上健康推進課　TEL28・7124

緩和ケア病棟開設のための寄附を募っています

がん患者さんには、その病気や治療により、さまざまな「つらさ」が伴います。緩和ケア病棟は、その「つらさ」を軽減するとともに、その人らしい生活を家族と穏やかに過ごしていただくため、専門的な医療と環境を提供する病棟です。

信州上田医療センターでは、がん患者さんが住み慣れた地元で安心して医療を受けられるよう、東信地区初の緩和ケア病棟を新たに開設します。

開設に必要な備品・什器等に掛かる費用に充てるため、クラウドファンディングによる寄附を募っていますので、皆さんのご支援をよろしくお願いします。

●**募集期間**　12月13日㈮まで

●**目標金額**　1200万円

●**病棟開設時期**　令和2年8月～10月(予定)

●**詳細**　寄附受付ホームページをご覧ください。

医療センタークラウドファンディング

問　信州上田医療センター事務部経営企画室　TEL22・1890　(上健康推進課)

陸上自衛隊高等工科学校生徒・自衛官候補生募集

◇陸上自衛隊高等工科学校生徒

卒業後、中核隊員として幅広く活躍したい方を募集します。例年、防衛大、航空学生(海・空)合格者を多数輩出しています。

【推薦入試】

●**応募締切**　11月29日㈮

●**応募資格**　中学校を卒業(見込含む)し、学校長が推薦する17歳未満の男子

●**試験期日**　令和2年1月5日㈰・6日㈪

【一般入試】

●**応募締切**　令和2年1月6日㈪

●**応募資格**　中学校を卒業(見込含む)した17歳未満の男子

●**一次試験**　令和2年1月18日㈯

◇自衛官候補生

自衛官になる最も基本的なコースです。

●**応募期間**　年間を通じて受付

●**応募資格**　18歳以上33歳未満の方

●**試験期日**　12月14日㈯(予定)

◇共通事項

詳細は自衛官募集ホームページをご覧ください。

ホームページ

問　自衛隊長野地方協力本部上田地域事務所　TEL22・5267　(上市民課)

あたたかい心

ご寄付をいただいた皆様、ありがとうございました。厚く御礼申し上げます(9月分)。

◇信越明星株式会社様　ユーフォニアム1台、ティンパニー1台、運動会用テント3張／城下小学校へ

◇ふるさと寄附金

(5万円以上の方を紹介しています)

Aコース　上田城復元プロジェクト／宮原義昭様、高野義夫様

Cコース　学校教育活動支援事業／大原寿昭様、田島拓弥様

Dコース　上田の原風景保全整備事業／永井貴久様

Fコース　市長におまかせ！／瀬田幸一様、石原聖士様

フードドライブ

家庭で消費されない食料品を集め、食べ物に困っている方や福祉施設などに届ける支援活動(フードドライブ)をしています。食料品の提供にご協力をお願いします。

●**日時**　①12月7日㈯ 10:00～11:30
②12月11日㈬ 10:00～12:00

●**場所**　①ひとまちげんき・健康プラザうえだ
②上田商工会議所1階ロビー

●**受付品**

次の条件を満たす缶詰、レトルト食品、乾麺、米、カップ麺などの保存できる食品

- 賞味期限が明記され、一か月以上あるもの
- 未開封で包装や外装が破れていないもの
- 生鮮食品以外のもの(米は2018年産以降のもの)

問　①上田明照会上田ともいき処　TEL27・6640
NPO フードバンク信州　TEL026・219・3215
②上田商工会議所女性会(佐藤)　TEL22・4500

(上 福祉課)

施設イベント

上田図書館

TEL22・0880　月曜日休館

上田社会教育大学 40周年記念連続講座

社会教育大学で学んだ受講生を講師とした連続講座の2回目です(全9回)。

●**日時**　12月14日㈯ 13:30～

●**演題**　不思議発見―腰越村の歴史―

●**講師**　香山知加子(かやまちかこ)氏

●**定員**　50名程度

●**申し込み**　11月23日(土・祝)以降、電話、または直接窓口へ。

●**詳細**　チラシ(上田図書館、または市ホームページにあり)をご覧ください。

おはなしと本の会

おはなしざしきわらしの会の皆さんによる、おはなし・わらべうたです。

◇上田図書館

●**日時**　12月14日㈯ 10:30～

●**その他**　上田創造館分室でのおはなし会はありません。

上田情報ライブラリー

TEL29・0210　火曜日休館

社会科新聞コンクール作品展示

上小地域の小・中学生が作成し、上小社会科新聞コンクールで入選した作品を展示します。数々の力作をご覧ください。

●**期間**　11月23日(土・祝)～12月6日㈮

●場所の記載がないイベントは、文頭の各施設で実施します。

●定員、料金、申し込みの記載がないものは、「定員なし」、「無料」、「申込不要」です。

このマークは、健康づくりチャレンジポイント対象事業です。

人生の主人公になろう！「こころ」と頭の実用セミナー

今日から使える人生の技術を学ぶ参加型セミナーです。

◇第44回

●**期日**　12月11日㈬

●**テーマ**　「こころ」を伝える大人の作文術

●**申し込み**　11月23日(土・祝)以降、電話で。

◇第45回

●**期日**　令和2年1月22日㈬

●**テーマ**　目標の実現できる「こころ」をつくる

●**申し込み**　12月15日㈰以降、電話で。

◇共通事項

●**時間**　18:30～20:10(開場 18:20)

●**講師**　中澤武志(なかざわたけし)氏(哲学者)

●**対象**　18歳以上

●**定員**　先着各20名

●**料金**　500円／回(資料代)

●**持ち物**　筆記用具
カラーペン(お持ちの方)

クリスマスコンサート アイリッシュ音楽の夕べ

●**日時**　12月14日㈯ 18:45～
(受付 18:15～)

●**プログラム**
クリスマスナンバー・タイタニックセット　ほか

●**出演**　浅間ケルティックバンド

●**定員**　先着50名

●**料金**　1,200円
(前売り1,000円。高校生以下無料)

●**申し込み**　11月22日㈮以降、電話で。

おはなし会

◇幼児と楽しむ

ことばと遊ぶ　おはなしの会

表現を楽しむ会の皆さんによる、パネルシアターや大型絵本の読み聞かせです。

●**日時**　12月1日㈰ 11:00～11:30
(開場 10:45)

●**内容**　大型絵本「どうぶついろいろかくれんぼ」　ほか

●**対象**　幼児～小学3年生

◇あかちゃんと楽しむえほんの会

図書館員と上田女子短期大学生によるおはなし会です。お好みの本を探すお手伝いもします。

●**日時**　12月15日㈰ 10:30～11:00

●**対象**　乳幼児とその保護者

生花のクリスマス フラワーアレンジメント講座 キャンドルアレンジに抹茶を添えて

生花を使ってクリスマスキャンドルのフラワーアレンジメントを作ります。作品作りの合間には抹茶とお菓子でほっと一息。和と洋のコラボレーションをお楽しみください。

●**日時**　12月7日㈯ 13:30～15:30
(受付 13:00～)

●**場所**　上田駅前ビル・パレオ2階会議室

●**講師**　関口鶯佳(せきぐちおうか)氏
(勅使河原和風会・青い鳥主宰)

●**定員**　先着20名

●**料金**　3,000円(材料費など)

●**持ち物**　花ばさみ、作品用袋、ごみ袋

●**申し込み**　11月22日㈮～12月4日㈬に、電話で。

〈広告欄〉

施設イベント

●場所の記載がないイベントは、文頭の各施設で実施します。
●定員、料金、申し込みの記載がないものは、「定員なし」、「無料」、「申込不要」です。
このマークは、健康づくりチャレンジポイント対象事業です。

丸子図書館

TEL42・2414　月曜日休館

クリスマスおはなし会

おはなしボランティア有志によるおはなし会です。

●**日時**　12月21日㈯ 10:30～

真田図書館

TEL72・8080　月曜日休館

ご家庭にある不要な本の収集

本のリサイクル市で活用するため、読み終えて不要になった本の収集を行います。

●**日時**　11月30日㈯、12月１日㈰
13:00～16:00
●**その他**　全集、百科事典、週刊誌、コミック、書き込みや傷みの激しい本は受け入れできません。

第９回図書館まつり

●**期日**　12月７日㈯
●**内容／時間**
◇**本のリサイクル市**
／9:30～12:00(なくなり次第終了)
●持ち物　マイバック
◇**図書館サポーターによるおはなし広場**
／10:30～11:30
●出演　ちよちゃんのお部屋
ヒロ・タッキー氏(腹話術師)
美馬佳世(みまかよ)氏(オカリナ演奏)
◇**餅つき大会**／11:30～12:30

丸子文化会館

TEL42・0001　月曜日休館

秋川雅史(あきかわまさふみ)コンサート ～聴いてよく分かるクラシック2～

テノール歌手秋川雅史さんによる、音楽が生まれた歴史やヒット曲の共通性など分かりやすい解説とおしゃべりを交えた、子どもからお年寄りまで楽しめ、聴いて学べるコンサートです。

●**日時**　令和２年１月25日㈯
14:30～(開場 14:00)
●**出演**　秋川雅史(テノール)
小島(こじま)さやか(ピアノ)
●**内容**　「千の風になって」では、丸子中央小・丸子北小両校合唱クラブの皆さんとの共演
●**料金**　3,000円、高校生以下1,000円
(全席指定。３歳未満入場不可)
●**チケット発売**　11月16日㈯ 10:00～
●**プレイガイド**　丸子文化会館、あさかわ(丸子)、わかまつ、佐藤新聞店、信州国際音楽村、平安堂(上田店・上田しおだ野店)、ヒオキ楽器(上田店・佐久平店)

マルチメディア情報センター

TEL39・1000　FAX39・1010
✉ info@umic.jp　水曜日休館

St. Media Xmas 2019 ～メディアサンタのお・も・て・な・し～

●**期日**　12月14日㈯・15㈰
●**内容**
●**両日**　10:00～16:00
松ぼっくりでクリスマスツリー作り／ダーツ／カレンダー作り／イベントライブ放送／まんがクラブ作品展示
●**14日㈯** 10:00～16:00
10:00～　上田地域こどもCGコンクール表彰式(12:00まで)／クリスマスリース作り、エッグポマンダー・差し上げますコーナー(15:00まで)／ロボット体験(16:00まで)
12:00～　豚汁ふるまい
(なくなり次第終了)
●**15日㈰** 10:00～16:00
10:00～　クリスマスクラフト、電子楽器でダンシング(16:00まで)
12:00～　抹茶(なくなり次第終了)
15:00～　ビンゴ大会(カード配布 13:00～。なくなり次第終了)
●**料金**　無料(一部有料あり)

スノードームを作ろう

自分だけのオリジナルスノードームを作ってみよう。スノードームに入れたい防水のオブジェや置物(４cm四方程度)を当日お持ちください。

●**日時**　12月21日㈯ 10:00～12:00
●**対象**　どなたでも
(小学３年生以下は要保護者同伴)
●**定員**　先着20名
●**料金**　400円
●**申し込み**　11月30日㈯以降、電話で。

Photoshop超入門 【CC2019使用】

画像処理ソフトのPhotoshopCC2019に初めて触れる方の入門講座です。画像の色合いや明るさの補正、不要なものの消し方、大きさの変更、トーンカーブなどの基本を学びます。

●**日時**　12月22日㈰ 13:30～16:00
●**対象**　Photoshop初心者で文字入力ができる方
●**定員**　先着20名(最小催行人数５名)
●**料金**　1,500円
●**申し込み**　12月１日㈰以降、電話で。

はじめてのPowerPoint

PowerPointを初めて使う方で、基礎から学びたい方の講座です。文字やイラストを使ってプレゼンテーションスライドの作り方を学びます。

●**日時**　令和２年１月11日㈯
9:30～12:00
●**対象**　キーボード・マウス操作のできる方
●**定員**　先着20名(最小催行人数５名)
●**料金**　1,500円
●**持ち物**　USBメモリ(作ったファイルを持ち帰りたい方)
●**申し込み**　12月21日㈯以降、電話で。

催し

令和２年 上田市成人式にご参加ください

●**期日**　令和２年１月12日㈰(成人の日の前日)
●**対象**　平成11年４月２日～平成12年４月１日に生まれた方
●**通学区域・会場・開始時間**

地域	通学区域	会　　場	開始時間
上田	第一・二・三中学校	上田文化会館	13:30～(受付 13:00～)
	第四・六中学校	上田創造館	
	第五中学校	上野が丘公民館	
	塩田中学校	塩田公民館	
丸子	丸子・丸子北中学校	丸子文化会館	11:00～(受付 10:30～)
真田	真田・菅平中学校	真田中央公民館	
武石	依田窪南部中学校	武石公民館	

◇**案内状を送付します**
現在市内に住民登録がある方および転出先の住所が分かる方に送付します。中学卒業時から、市内で転居されている方や、上田市から２回以上に渡って転出されている方は、下記へご連絡ください。

問　上 生涯学習・文化財課　TEL23・6370
丸 地域教育事務所　TEL42・3147
真 地域教育事務所　TEL72・2655
武 地域教育事務所　TEL85・2030

施設イベント

●場所の記載がないイベントは、文頭の各施設で実施します。
●定員、料金、申し込みの記載がないものは、「定員なし」、「無料」、「申込不要」です。
このマークは、健康づくりチャレンジポイント対象事業です。

点字図書館

TEL22・1975

正月用生花講習会

●**日時**　12月25日(水) 13:30～
●**講師**　柴崎美智子氏(小原流)
●**対象**　市内の視覚障がい者および点字図書館利用者
●**定員**　10名程度
●**料金**　200円
●**持ち物**　花器、はさみ、剣山
●**申し込み**　12月13日(金)までに、電話で。

信州国際音楽村

TEL42・3436　FAX42・3948
✉ info@ongakumura.jp　月曜日休館

第29回依田窪合唱祭

地域の愛好家の皆さんによる手作りの合唱祭です。

●**日時**　12月1日(日) 13:00～

Kodamaサロン 片岡雄三カルテット クリスマスジャズライブ

12月は片岡雄三カルテットの登場です。一流のジャズミュージシャンのライブ演奏をお楽しみください。

●**日時**　12月14日(土) 14:00～
(開場 13:00)

●**プログラム**
Just Friends、フライミー・トゥー・ザムーン、Turkish Train　ほか
●**出演**　片岡雄三カルテット／片岡雄三(トロンボーン)、菊地太光(ピアノ)、楠井五月(ベース)、広瀬潤次(ドラムス)
●**料金**　2,000円
●**プレイガイド**　施設窓口

信州国際音楽村少年少女合唱団 クリスマスコンサート

クリスマスシーズンのひとときを子どもたちの澄んだ歌声でお過ごしください。

●**日時**　12月21日(土) 14:00～
(開場 13:30)
●**プログラム**　もろびとこぞりて、神の御子は、つらら、しろいもの　ほか
●**出演**
合唱／信州国際音楽村少年少女合唱団
指揮／彌勒忠史(オペラ歌手)
玉﨑真弓(声楽家)
伴奏／小栗華絵(ピアニスト)
●**料金**　500円(未就学児無料)

武石ともしび博物館

TEL85・2474　月曜日休館

クリスマスキャンドル講座

クリスマスに飾るろうそくを作ります。

●**日時**　12月14日(土) 13:30～16:00
●**定員**　30名程度
●**料金**　200円(材料費)
●**持ち物**　ろうそくを持って帰る袋
●**申し込み**　12月8日(日)までに、電話で。

エコ・ハウス(上田クリーンセンター内)

TEL23・5144
(受付時間:月～金曜日10:00～16:00)

エコ・ハウスで古着を回収します

ボランティア団体「エコ・サポート21」で、家庭で不用となった古着等(まだ着られる、または使える状態のものに限る)を回収します。ビニール袋に入れてお持ちください。

●**日時**　12月6日(金) 10:00～12:00

エコ・ハウスの「わくわく講座」

不要なものがリサイクルやリフォームで生まれ変わる楽しさを体験しませんか。

◇着物地からふくさ風ポーチ・マルチケース作り
●**日時**　12月12日(木)・19日(木)
10:00～15:00
●**定員**　先着8名
●**料金**　100円／回(別途材料費)
●**持ち物**　ほどいた着物、裁縫用具、型紙用紙、20㎝ファスナー、昼食
●**申し込み**　12月2日(月)以降、電話で。

不用品交換情報

不用品の紹介は1回につき1件まで。ゆずりたい方とゆずってほしい方双方の責任により利用していただきます(無料)。

●**ゆずります**　ベビーバス／ラジオ／人台(ドレスフォーム)／マネキン／和装用ぞうり／台ばかり(8㎏)／介護用トイレ／漬物おけ・重し／植木鉢／豆炭／鍵盤ハーモニカ／土鍋セット／スキーセット(靴23.5㎝)
●**ゆずってください**　電動ミシン／和太鼓
※10月2日時点の登録状況です。最新の情報は、市ホームページに掲載していますのでご覧ください。

催し

福祉機器展inうえだ2019

問　高齢者介護課　TEL23・6246

最新の介護用品が展示されます。

●**日時**　12月11日(水) 10:00～18:00
12日(木)　9:00～17:00
●**場所**　上田創造館
●**内容**　最新の介護用品(ベッド、歩行関連用品、認知症関連機器、排泄用品など)の展示・体験、配食弁当の試食、理学療法士・作業療法士による講座、住宅改修の研修会、おむつの当て方講座

きっず・イングリッシュ・デイ～東京2020その2

問　学校教育課　TEL23・5101

オリンピック・パラリンピックをテーマにした学びやスポーツの体験を通して、英語に親しみ交流を楽しみましょう。当日は、長野五輪の聖火トーチがやって来ます。

●**日時**　12月7日(土) 10:00～12:00
●**場所**　川西公民館　大ホール
●**講師**　市教育委員会職員
ALT(外国語指導助手)
●**対象**　小学生、オリンピックや英語に関心のある方
●**定員**　30名程度(当日先着順)
●**持ち物**　運動ができる服装、室内用運動靴、アイマスク(ある人)

弦楽四重奏・冬を彩るクリスマスコンサート

問　川西公民館　TEL22・5004

今年で22回目となる「弦楽四重奏」によるクリスマスコンサートを開催します。

●**日時**　12月14日(土) 14:00～
(開場13:30)
●**場所**　川西公民館　大ホール
●**プログラム**
アイネ クライネ ナハトムジーク／モーツァルト作曲　ほか
●**出演**　川西カルテットの皆さん／大工原加奈子・大井俊恵(ヴァイオリン)
上原恭子(ヴィオラ)
寺島都志子(チェロ)
●**料金**　500円(中学生以下無料)

講演会「こどもたちの本当のねがいごと」【わがまち魅力アップ応援事業】

問　発達障害児者親の会　そらいろ ぱれっと
TEL080・4431・3385
✉ sorapare2019@gmail.com

不登校の状態はさまざまです。「その子は本当はどうありたいか」という視点で捉えるコツを学び、当事者の声を聴きながら考えてみます。

●**日時**　12月2日(月) 10:00～12:00
●**場所**　城南公民館
●**内容**
●**講演会**　講師／井上祐紀氏
(児童精神科医)
●シンポジウム＆ワークショップ
●**定員**　50名程度
●**申し込み**　12月1日(日)までに、上記へ電話、またはメールで。
●**その他**　託児希望者は、申込時にお知らせください。

(学校教育課)

イルミネーションバス乗車体験・バス乗り方教室

問　上田バス㈱　TEL34・6602

●**日時**　12月1日(日) 10:00～14:00
●**場所**　上田バス㈱営業所内
(蒼久保1101-2)
●**内容**　イルミネーションバス体験乗車、高齢者向けバス乗り方教室、洗車機突入体験、ご当地キャラクター「ゆきたん」との記念撮影、ポップコーン・綿菓子の配布
●**対象**　どなたでも
(小学生未満は要保護者同伴)
●**その他**　内容は変更になる場合があります。

(交通政策課)

〈広告欄〉

催し

100周年「児童自由画展」

問　中央公民館　TEL22・0760

山本鼎（やまもとかなえ）が「児童自由画教育運動」を提唱して今年で100年。当時の神川小学校の児童が描いた絵と、現在の児童の絵を合わせて展示します。

●**期間**　12月３日㈫～25日㈬
●**時間**　9:00～17:00
●**場所**　中央公民館　展示室

歴史講演会「ふるさとの歴史に夢を託して」【わがまち魅力アップ応援事業】

問　腰越ふしぎ発見探検隊事務局（香山）　TEL27・9296

「腰越ふしぎ発見探検隊」発足記念第1回講演会を開催します。

●**日時**　11月27日㈬ 10:00～11:00
●**場所**　腰越公民館
●**講演**　身近にある旧石器、縄文時代の遺跡に託された未来へのメッセージを共に考える
●**講師**　大竹幸恵（おおたけさちえ）氏（星くずの里たかやま黒耀石体験ミュージアム学芸員）
●**定員**　先着50名（当日先着順）
●**その他**　車でお越しの方は、腰越公民館、全芳院駐車場をご利用ください。

（丸 地域振興課）

冬期の安全な交通確保のために道路の除雪作業にご協力ください

お知らせ

市では、冬期の道路交通の安全を確保するため、道路除雪計画に基づき、除雪指定路線（幹線道路・峠道など）の除雪作業を実施しています。除雪指定路線以外の道路の除雪については、市民の皆さんのご協力をお願いします。

●凍結防止剤散布および除雪作業

凍結防止剤（塩カルなど）の散布は、少量の降雪時に指定路線の路面で凍結の恐れがある場合に専用機械で実施します。

また、除雪作業は、除雪指定路線の積雪がおおむね10㎝に達したときに実施し、引き続き降雪が予想される場合は、指定した補助路線まで実施します。なお、通常でない大雪の場合は、体制強化を図りながら状況に応じた除雪・排雪作業を実施します。

凍結防止剤散布・除雪指定路線図は、上 土木課、各地域自治センター、市ホームページで閲覧できます。

●自治会への凍結防止剤の配布

生活道路の凍結防止のため、自治会からの依頼により凍結防止剤を配布しています。坂道や日陰で凍結しやすい市道への散布にご活用ください。

●生活道路・歩道および住宅の出入口の除雪をお願いします

除雪指定路線以外の生活道路や歩道などは、市民の皆さんによる除雪をお願いします。

除雪車が通過した後、除雪した雪で住宅の出入口をふさいでしまうことがありますが、各家庭で道路脇に片付けるなど、ご協力をお願いします。

なお、宅地内の雪を道路に出すことや水路に雪を捨てることは、危険ですのでやめてください。

問　◇市道／上 土木課　TEL23・5126
丸 建設課　TEL42・1031
真 建設課　TEL72・4331
武 産業建設課　TEL85・2793

◇市道以外
国道18号・上田バイパス・上田坂城バイパス
／長野国道事務所上田出張所　TEL22・2737
国道18号以外の国道・県道
／上田建設事務所維持管理課　TEL25・7166

●場所の記載がないイベントは、文頭の各施設で実施します。
●定員、料金、申し込みの記載がないものは、「定員なし」、「無料」、「申込不要」です。
このマークは、健康づくりチャレンジポイント対象事業です。

健康管理セミナー「笑いと健康」

問　上田商工会議所　TEL22・4500

「笑いと元気の伝道師」として活躍の講師から、「元気・本気・ヤル気」を生む秘訣が聴けるユーモアあふれる講演です。

●**日時**　11月28日㈭ 14:00～16:00
●**場所**　上田商工会議所　５階ホール
●**講師**　本多功夫（ほんだいさお）氏（ヘルスコーディネーター）
●**定員**　100名程度

（上 商工課）

人権講演会

問　部落解放同盟上田市協議会　TEL24・7546

障がい・差別・家族・老いなどをテーマとした「ヒューマンドキュメンタリー」の制作を多く手がけ、数々の賞を受賞した野沢喜代（のざわきよ）さんの分かりやすいお話から、人権問題を一緒に学びましょう。

●**日時**　12月７日㈯ 13:30～
●**場所**　中央解放会館　２階ホール
●**講師**　野沢喜代氏（NPO 人権センターながの 代表理事、元SBC信越放送ディレクター）
●**定員**　80名程度

（上 人権男女共生課）

環境をよくしたいひと大集合2019

問　うえだ環境市民会議事務局（上 生活環境課内）TEL23・5120

さまざまな環境保全に取り組んでいる団体が活動報告をしたり、交流会を行います。日ごろからどのような活動ができるか一緒に考えてみませんか。

●**日時**　11月30日㈯ 13:30～（受付 13:00～）
●**場所**　塩田公民館　大ホール

くらしと健康の相談会

問　上田保健福祉事務所健康づくり支援課　TEL25・7149

●**日時**　12月６日・13日・20日・27日の金曜日 9:30～15:30
●**場所**　上田合同庁舎保健福祉事務所２階相談室
●**内容**　弁護士相談（１人50分間）と健康相談・職業相談・福祉相談
●**対象**　失業、倒産、多重債務、家庭問題等で法律相談が必要な方。合わせて、気力が湧かない、眠れない、体調がすぐれないなどの健康や、就労、福祉に関する相談もできます。
●**申し込み**　弁護士相談は開催日の４日前、それ以外の相談を合わせて希望する場合は開催日の１週間前までに、上記へ電話で。

（上 健康推進課）

西部公民館コンサート2019～楽しい音の世界～

問　西部公民館　TEL27・7544

子どもから大人まで皆が楽しめる曲を中心に演奏します。人形劇やパフォーマンスもお楽しみください。

●**日時**　12月１日㈰ 10:30～11:30（開場 10:00）
●**場所**　西部公民館
●**内容**　琴、フルート、ピアノ、パフォーマー、人形劇のコラボによるコンサート
●**出演**
マスカレード＆てるちゃん／三井由香（みついゆか）（琴）、小林文恵（こばやしふみえ）（フルート）、岩崎道代（いわさきみちよ）（ピアノ）、中村輝美（なかむらてるみ）（人形劇）
ハニー・母袋真由美（もたいまゆみ）（パフォーマー）
●**定員**　100名程度
●**料金**　100円（高校生以下無料）
●**申し込み**　11月28日㈭までに、電話、または直接窓口へ（空き状況により当日参加可）。

2020年版カレンダー・手帳プレゼント会

問　上 生活環境課　TEL23・5120

県環境保全協会上小支部では、事業所や家庭で使用されない2020年版のカレンダーや手帳を必要とする方に使っていただくことで、環境への負荷を減らすことを目的に、カレンダー・手帳プレゼント会を開催します。また、カレンダー・手帳を提供いただける方は、期間内に受付場所へお持ちください。

◇カレンダー・手帳プレゼント会

●**日時**　12月25日㈬ 13:30～（なくなり次第終了）
●**場所**　上田駅お城口
●**内容**　カレンダー配布（一人２～３点）、手帳配布（一人１点）
●**整理券**　当日 13:00から整理券を配布します。
●**注意事項**　早い時間から並んでも希望のカレンダー・手帳がもらえるとは限りません。

◇カレンダー・手帳の提供受付

●**受付期間**　12月２日㈪～23日㈪の平日 8:30～17:15
●**受付場所**　上 生活環境課、各地域自治センター

講座・教室

市民公開講座　第14回小県医師会健康フォーラム

問　小県医師会　TEL24・1022

地域の皆さんを対象に、医師と地域の人々が連携し、いかにこの地域の保健・医療・福祉を守っていくかを考えます。医療相談もあります。

●**日時**　11月23日(土・祝)
13:00～15:30
●**場所**　丸子文化会館セレスホール
●**内容／時間**
●**特別講演**／13:10～14:30
「Dr. 本田の社会保障切り捨て日本への処方せん～切り捨てのルーツ明治維新を振り返る～」
座長　星山直基氏(小県医師会副会長)
講師　本田宏氏(前埼玉県済生会栗橋病院院長補佐)
●**コンサート**／14:45～15:25
丸子混声合唱団

(上 健康推進課)

高齢者初級パソコン教室

問　高齢者福祉センター　TEL22・4119

●**期間**　令和２年１月～12月の週１回(年42回)
●**日時**　月・火・水曜日のいずれかの10:00～12:00、または 13:00～15:00(申し込み後、６つのクラスに編成します)
●**場所**　高齢者福祉センター　１階訓練室
●**対象**　市内在住の60歳以上でパソコン初心者の方
●**定員**　先着60名程度
●**料金**　300円／回(月ごとに前払い)、資料代1,000円
(１年分。別途テキスト代)
●**申し込み**　11月25日(月)以降、所定の申込用紙(問い合わせ先にあり)に必要事項を記入の上、問い合わせ先へ。
●**その他**　パソコンを持参する場合は、Windows７以降のOSでWord／Excelがインストールされているもの。

(上 高齢者介護課)

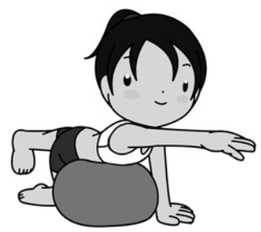
子育て応援講座【わがまち魅力アップ応援事業】

問　ペルメルベーベ(竹内)　TEL090・2228・4741
✉ pere.mere.bebe@gmail.com

バランスボール講座を開催します

●**日時**　①12月４日(水)、②12月18日(水)
10:00～11:30
●**場所**　①西部公民館　大ホール
②上野が丘公民館　大ホール
●**講師**　荒川玲子氏
(NPO ミックスポーツクラブ代表)
●**対象**　妊娠中の方、子育て中の保護者
●**定員**　先着各20名
●**料金**　1,000円
●**申し込み**　11月20日(水)以降、氏名、電話番号、参加希望日を上記へ電話、またはメールで。

(上 市民参加・協働推進課)



第５回上田地域がん市民公開講座

問　信州上田医療センター　TEL22・1890

●**日時**　11月23日(土・祝)
13:00～14:30(開場 12:30)
●**場所**　上田文化会館
●**演題**
①「緩和ケアはどんなことをするの？」
②「緩和ケア病棟はこんなところ」
●**講師**
①村上真基氏(信州上田医療センター緩和ケア内科部長)
②平方眞氏(医療法人愛和会 愛和病院 副院長・緩和ケア病棟医師)

(上 健康推進課)

日本消化器病学会甲信越支部第76回市民公開講座

問　信州上田医療センター　TEL22・1890

●**日時**　11月23日(土・祝)
15:00～17:00(開場 14:30)
●**場所**　上田文化会館
●**演題**
①「肝がんの外科治療」
②「内視鏡外科手術の実際」
③「Ｃ型肝炎最新の治療―ウイルスは飲み薬で消せます」
●**講師**
①清水明氏
(信州大学医学部消化器外科講師)
②宮川雄輔氏
(信州大学医学部消化器外科助教)
③吉澤要氏(信州上田医療センター院長)

(上 健康推進課)

〈広告欄〉

催し

●場所の記載がないイベントは、文頭の各施設で実施します。
●定員、料金、申し込みの記載がないものは、「定員なし」、「無料」、「申込不要」です。
このマークは、健康づくりチャレンジポイント対象事業です。

若者のための就職相談ミニジョブカフェ

問　上 地域雇用推進課　TEL26・6023

学生をはじめ若年者の仕事に対する疑問や悩みを解決し、自分の進むべき道へ前進してもらうため、専門のアドバイザーが相談に応じます。

●**期日**　12月４日(水)・12日(木)・24日(火)、令和２年１月８日(水)・21日(火)・28日(火)
●**時間**　13:30～、14:30～、15:30～
(１相談につき50分)
●**場所**　上田市就労サポートセンター
(勤労者福祉センター内)
●**対象**　学生を含む40歳代前半までの求職者
●**申し込み**　希望日の２日前(土・日曜日、祝日は除く)の 17:00までに、電話で。

ハローワークによる求人説明会

問　ハローワーク上田　TEL23・8609

企業の担当者から直接求人の内容が聞ける求人説明会を月２回開催しています。

●**日時**　11月21日(木) 14:00～15:30
12月５日(木) 10:00～11:30
12月19日(木) 14:00～15:30
●**場所**　上田創造館
●**対象**　上田地域への就職を希望している求職者
●**その他**　参加企業等詳細は、問い合わせ先へ確認してください。

(上 地域雇用推進課)

第47回ふれあい・人権の集い2019

問　丸 地域教育事務所　TEL42・6682

テレビ番組「行列のできる法律相談所」でおなじみの菊地幸夫弁護士による講演会です。実際にあった弁護士現場の体験談を聞きながら、いつわが身に起こるかわからない身近な法律問題や、知らない間に、誰でも被害者、加害者になり得る人権問題について考えましょう。

●**日時**　12月５日(木) 18:15～20:30
(開場 18:00)
●**場所**　丸子文化会館　セレスホール
●**内容**　ポラニながせと丸子福祉会の皆さんによるフラダンス、人権作品発表、人権講演会
●**演題**　「出会いの人生から学んだこと」～守っていきたい私たちの人権～
●**講師**　菊地幸夫氏(弁護士)

室内楽の精華～天才たちの極上を味わう【わがまち魅力アップ応援事業】

問　クラシック音楽に親しむ講座の会(和田)
TEL090・9844・9401

室内楽の中で最も人気の高いシューベルト作曲『鱒』は聴き応えがあります。

●**日時**　12月13日(金) 14:00～
(開場 13:30)
●**場所**　サントミューゼ　小ホール
●**プログラム**
モーツァルト／ピアノ四重奏曲第１番ト短調k.478
シューベルト／ピアノ五重奏曲イ長調「鱒」　ほか
●**出演**　髙木凜々子(ヴァイオリン)
鈴木康浩(ヴィオラ)
渡部玄一(チェロ・お話)
大槻健(コントラバス)
鈴木慎崇(ピアノ)
●**料金**　3,000円(学生1,500円、全席自由、未就学児入場不可)
●**プレイガイド**　サントミューゼ、平安堂(上田店・上田しおだ野店・佐久インターウェーブ店)、ヒオキ楽器(上田店・佐久平店)、あさかわ(丸子)、ながこしカメラ(東御市)、㈱小諸ガス

(上 市民参加・協働推進課)

令和元年度上田市戦没者追悼式

問　上 福祉課　TEL71・8081

上田市の戦没者に対し、市を挙げて追悼の誠をささげ、平和への思いを新たにするため戦没者追悼式を挙行します。

●**日時**　11月26日(火) 13:30～14:30
●**場所**　上田創造館

〈広告欄〉

講座・教室

●場所の記載がないイベントは、文頭の各施設で実施します。
●定員、料金、申し込みの記載がないものは、「定員なし」、「無料」、「申込不要」です。
このマークは、健康づくりチャレンジポイント対象事業です。

第３回　やすらぎ家族教室

問　地域活動支援センター やすらぎ　TEL25･2000

精神障がい者の身近な支援者である家族に向けた教室です。

●**日時**　12月10日㈫ 13:30～15:30（受付 13:00～）
●**場所**　ひとまちげんき･健康プラザうえだ 多目的ホール
●**講話**　訪問看護の現場から
●**講師**　木下秀明（きのしたひであき）氏（千曲荘病院訪問看護師）
●**対象**　精神障がい者の家族

（上 健康推進課）

地域若者等定住就職支援事業の研修

問　シードジャパン㈱　TEL43･8155

市では、さまざまな事情により職に就けない若者を正規雇用に結びつけるため、企業が求める人材の育成と確実な雇用のマッチングを図る地域若者等定住就職支援事業の実施にあたり、基礎研修と職場体験研修先での正規雇用を目指すプログラムの受講生を募集します。

●**期間**　令和２年１月14日㈫～３月13日㈮
●**内容**　基礎（座学）研修、職場体験研修（各１か月）
なお、研修期間中は賃金を支給の上、社会保険に加入します。
●**対象**　研修開始時に上田市内に在住（予定）の29歳までの方
●**定員**　10名程度
●**申し込み**　12月27日㈮までに、上記へ電話で。

（上 地域雇用推進課）

みんなで楽しく作る！クリスマスリース講座

問　市民プラザ・ゆう　TEL27･2988

針葉樹をベースにしたクリスマスリースを作ります。親子、友達同士での参加も大歓迎。

●**日時**　12月１日㈰ 10:00～12:00
●**場所**　市民プラザ･ゆう　大会議室
●**講師**　鳥羽麻里（とばまり）氏（アトリエRoseMary）
●**定員**　15名程度
●**料金**　2,500円（材料費込）
●**申し込み**　11月21日㈭以降、電話で。

求職中の若者のためのパソコン講座（全５回）

問　若者サポートステーション・シナノ　TEL75･2383

●**日時**　12月19日㈭･20日㈮･23日㈪～25日㈬ 10:00～12:00
●**場所**　若者サポートステーション･シナノ（大手２-３-４　大手ビル２階）
●**内容**　ワード･エクセルの基本操作と応用（Office2016を使用）
●**対象**　15～39歳の求職中の方
●**定員**　先着６名
●**申し込み**　11月25日㈪以降に、上記へ電話で。
●**その他**　12月18日㈬ 10:00からの講座説明会への参加必須

（上 地域雇用推進課）

健康・スポーツ

アクアポールエクササイズ体験会

問　クアハウスかけゆ　TEL44･2131

温泉プールで２本の水中ポールを使い、ウォーキングなどのエクササイズを行います。

●**日時**　12月３日㈫ 10:30～11:30
●**場所**　クアハウスかけゆ
●**定員**　20名程度
●**料金**　710円（施設使用料）
●**持ち物**　水着、水泳キャップ、タオル
●**申し込み**　12月１日㈰までに、電話、または窓口へ。
●**その他**　丸子地域自治センターから送迎バス（9:40発）を運行

介護予防体操

問　上 高齢者介護課　TEL23･5140

●**期日／場所**
①12月５日㈭･17日㈫
／上田市高齢者福祉センター
②12月16日㈪
／真田老人福祉センター
③12月17日㈫
／長瀬市民センター（丸子）
④12月20日㈮
／武石老人福祉センター寿楽荘
●**時間**　① 11:00～12:00
②③④ 10:30～11:30
●**持ち物**　飲み物
（③のみ敷物と室内用運動靴）

パパのベビーダンス＆ママの骨盤ヨガ

問　上 子育て・子育ち支援課　TEL23･5106

パパは音楽に合わせてステップを踏みながら赤ちゃんをあやしたり寝かしつけたりできるベビーダンス、ママは別室の骨盤ヨガでリフレッシュ！家族の絆を深めるきっかけに参加してみませんか。

●**日時**　12月８日㈰ 10:30～12:00
●**場所**　ひとまちげんき･健康プラザうえだ
●**講師**
●ベビーダンス
／山本美枝（やまもとみえ）氏（インストラクター）
●骨盤ヨガ
／玉木博枝（たまきひろえ）氏（インストラクター）
●**対象**　市内在住の4か月頃（首がすわった頃）～1歳半頃の子とその父母
●**定員**　先着15組
●**持ち物**　抱っこひも、スポーツタオル、飲み物、運動ができる服装
●**申し込み**　11月25日㈪以降、電話で。

アクアプラザ上田各種教室

健康スポーツ

教室名・コース			期間	曜日	時間	定員（先着）	料金
①	ベビースイミング（全10回）	６か月～２歳未満児と保護者	１月７日～３月17日	火	12:00～12:40	各20組	各4,500円
			１月10日～３月13日	金			
		１～４歳未満児と保護者	１月７日～３月17日	火	11:00～11:50		
			１月10日～３月13日	金			
②	ベビーママヨガ	A（全８回）	１月６日～３月９日	月	11:30～12:20	各10組	2,900円
		B（全10回）	１月８日～３月11日	水			3,500円
③	水中バラエティダイエット教室（全10回）		１月10日～３月13日	金	19:00～19:50	20名	3,600円
④	パワーヨガ教室	A（全８回）	１月６日～３月９日	月	19:00～20:00	各15名	3,000円
		B（全９回）	１月７日～３月10日	火	14:00～15:00		3,300円
⑤	ハタヨガ教室（全10回）	A	１月11日～３月14日	土	18:00～19:00	各15名	各3,600円
		B			19:10～20:10		
⑥	イブニングヨガ（全９回）		１月10日～３月13日	金	19:10～20:10	15名	3,300円
⑦	燃やせ体脂肪！ボディシェイプ教室（全10回）		１月10日～３月13日	金	18:00～19:00	15名	3,600円
⑧	骨盤調整ヨガ（全８回）		１月６日～３月９日	月	11:00～12:00	15名	3,000円
⑨	姿勢改善ヨガ（全５回）		１月16日～３月５日	木	14:00～15:00	15名	2,100円
⑩	ジャイロキネシス（全５回）		１月16日～３月５日	木	19:00～20:00	15名	2,100円

◇共通事項
●**申し込み**　①～③は12月13日㈮以降、④～⑩は12月14日㈯以降に料金、印鑑を持参の上、直接施設窓口へ。
●**その他**　別途、入館料が必要となります。
料金には、保険料が含まれています。
キッズ年少・年中年長、ジュニア教室については、下記へ問い合わせください。

問　アクアプラザ上田　TEL26･2626
（上 スポーツ推進課）

〈広告欄〉

健康・スポーツ

●場所の記載がないイベントは、文頭の各施設で実施します。
●定員、料金、申し込みの記載がないものは、「定員なし」、「無料」、「申込不要」です。
このマークは、健康づくりチャレンジポイント対象事業です。

フィジカルトレーニング教室

問　さなだスポーツクラブ　TEL72・2657
（14:00～。火曜定休日）

お家にこもりがちな冬期間！春に向けて一緒に体を鍛えましょう！

●**日時**　毎週土曜日 19:30～20:30
（全10回。初回12月14日）
●**場所**　ふれあいさなだ館
トレーニングルーム
●**講師**　鷲巣国彦（わしすくにひこ）氏（運動療法士）
●**対象**　18歳以上
●**定員**　先着８名
●**料金**　6,500円（別途入館料）
●**申し込み**　11月20日㈬以降、上記へ電話で。

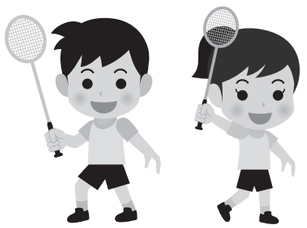
（問 地域教育事務所）

中・高生レベルアップ バドミントン教室

問　さなだスポーツクラブ　TEL72・2657
（14:00～。火曜定休日）

●**日時**　12月７日～令和２年３月28日の毎週土曜日 19:30～21:00
●**場所**　真田体育館
●**対象**　中学生、高校生
●**定員**　先着10名
●**料金**　3,500円／月
（別途クラブ会員費・保険代）
●**申し込み**　11月20日㈬以降、上記へ電話で。

（問 地域教育事務所）



さなだスポーツクラブ ラケット祭り

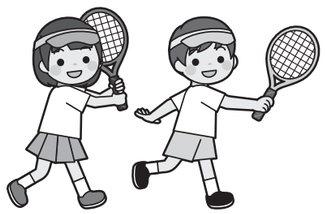
問　さなだスポーツクラブ　TEL72・2657
（14:00～。火曜定休日）

レッスンプロ・実業団選手と一緒にラケットスポーツを楽しむ教室です。

◇共通事項
●**期日**　12月15日㈰
●**時間**　① 9:30～12:00（受付 8:30～）
② 13:30～16:00（受付 12:30～）
●**場所**　丸子総合体育館
●**料金**
小・中学生800円、高校生1,000円
一般1,500円、小学生親子1,200円
●**申し込み**　11月20日㈬～12月11日㈬に、上記へ電話で。

◇各講座詳細
●**バドミントン**
① 小学生・小学生親子／50名
② 中学生・高校生・一般／50名
●**ソフトテニス**（一般の部なし）
① 小学生・小学生親子／25名、
中学生・高校生／25名
② 中学生・高校生／50名
●**硬式テニス**
① 小学生・小学生親子／50名
② 中学生・高校生・一般／50名

（問 地域教育事務所）



男性限定！ ヨガ男子講座体験会

問　うえだミックスポーツクラブ
TEL71・5392

呼吸法とポーズを合わせ、身体とメンタルを鍛え、ストレス解消にもつながります。初心者大歓迎。

●**日時**　11月27日㈬ 19:40～20:40
●**場所**　塩田公民館
●**内容**　ハタヨガ
●**対象**　男性
●**定員**　15名程度
●**料金**　1,000円
●**持ち物**　飲み物、ヨガマット（タオル不可。貸出用あり）
●**申し込み**　前日までに、上記へ電話で。

（上 スポーツ推進課）

アリオモール ウォーキング

問　上田市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会事務局（クラブUSC）　TEL26・5320

歩き方等の指導の後で店内を歩きます。季節、天候に左右されずにできる健康ウォーキングです。

●**日時**　12月９日㈪、令和２年１月10日㈮、２月４日㈫、３月９日㈪
10:00～11:00
●**場所**　アリオ上田　太陽のコート（12月・1月）、星のコート（２月・３月）
●**講師**　市総合型地域スポーツクラブスタッフ

（上 スポーツ推進課）

行政チャンネル 今月のイチオシ

YouTube
こちらからご覧いただけます

ラグビーイタリア代表チーム歓迎 オペラ・ガラ・コンサート ～市民参加による応援祝賀演奏会～

行チャン

ラグビーイタリア代表チームの歓迎・応援と市民の皆さんにイタリア文化に触れていただく企画として開催したこのコンサート。第１部では、プロのオペラ歌手たちによる一流の歌声が披露され、第２部では今回のために結成した市民合唱団の皆さんが、プロのオペラ歌手と一緒にステージを盛り上げました。

行政チャンネルは、上田ケーブルビジョンCATV009、丸子テレビ放送CA103、YouTube（「上田市行政チャンネル」で検索）で視聴できます。

スキーフェスタ2020

問　上田スキークラブ事務局（プレスト内）
TEL26・0401

スキーが初めてのちびっ子から基礎をもう一回見直したい大人まで興味のある方なら誰でも参加できる講習会です。

●**日時**　令和２年１月12日㈰
8:30～15:30
●**場所**　菅平高原パインビーク
オオマツゲレンデ
●**講師**　全日本スキー連盟公認指導員
●**対象**　小学１年生以上
●**定員**　先着100名
●**料金**　小・中学生4,500円、高校生以上5,500円（講習料、リフト代、保険料込。当日徴収）
●**申し込み**　12月20日㈮～27日㈮に、所定の申込用紙（事務局にあり）に必要事項を記入の上、事務局窓口へ。
●**その他**　レンタルスキーの貸出あり（別途1,500円）。

（上 スポーツ推進課）

上田市小学生スキー教室

問　上田市体育協会事務局　TEL27・9400
✉ taikyo@po2.ueda.ne.jp

市内の小学生を対象に、スキーの楽しみ方を幅広く体験しながら、スキー技術の向上を目指すことを目的とするスキー教室を開催します。

●**期日**　令和２年1月19日㈰
●**場所**　菅平高原スキー場
表ダボスゲレンデ
●**講師**　上田スキークラブ
（全日本スキー連盟公認指導者）
●**対象**　市内の小学４～６年生
●**定員**　60名（応募多数時は抽選）
●**料金**　3,000円（当日徴収。講習料、保険料、昼食代込。別途レンタルスキー代）
●**申し込み**　11月25日㈪～12月10日㈫に所定の参加申込書（事務局にあり）に必要事項を記入の上、事務局、または丸子総合体育館、真・武地域教育事務所窓口へ。事務局へのみ、郵送（〒386-8601天神１-８-１上田駅前ビル・パレオ５階）、またはメールでも受付可。
●**その他**　複数人での参加を希望する場合は、別途専用の申込書を添えて申し込みください（最大４名まで）。

（上 スポーツ推進課）

親子運動あそび教室

問　クラブUSC　TEL26・5320
（平日 9:00～17:00）

親子体操、マット跳び箱、ボール遊び等、幼児期に身に付けたい運動機能を伸ばすメニューです。

●**日時**　12月７日㈯ 10:00～11:00
●**場所**　神川小学校体育館
●**対象**　年少～年長児と保護者
●**料金**　子ども一人500円
●**持ち物**　室内用運動靴、飲み物、タオル
●**申し込み**　前日までに、上記へ電話で。

（上 スポーツ推進課）

ウォーキング教室

問　クラブUSC　TEL26・5320
（平日 9:00～17:00）

市内の寺社歴史的建造物等を巡るウォーキングです。集合場所、ウォーキングコースについては、お問い合わせください。

●**日時**　12月～令和２年３月の第２・４火曜日 10:00～11:30
●**場所**　市内各所
●**料金**　500円／回
●**申し込み**　電話で。

（上 スポーツ推進課）

バレトン

問　クラブUSC　TEL26・5320
（平日 9:00～17:00）

バレエとヨガを融合したエクササイズです。きついトレーニングですが、汗を流して心身ともに爽快になります。ご自分の体力に合わせて行う事もできるので、経験してみませんか？

●**日時**　12月２日・９日・16日の月曜日
10:00～11:00（全３回）
●**場所**　㈲池田商事（神川小学校横）
●**講師**　河西陽子（かわにしようこ）氏
（バレトンソールシンセシス）
●**定員**　先着10名
●**料金**　3,000円（３回分）
●**持ち物**　タオル、飲み物
●**申し込み**　11月20日㈬～29日に、問い合わせ先へ電話で。

（上 スポーツ推進課）

景観ウォッチング 塩尻地域の魅力を探る

問　上 都市計画課　TEL23・5127

塩尻地域では養蚕家屋群や段々畑など、特色ある街なみや風景を楽しむことができます。講師の解説を聞きながら約２㎞のコースを見て歩き、塩尻地域の景観について考えます（少雨決行）。

●**日時**　12月７日㈯ 9:30～12:00
（集合 9:20）
●**集合場所**　市役所本庁舎玄関前
（バスで目的地に移動します）
●**講師**　清水卓爾（しみずたくじ）氏
（前上田市景観審議会会長）
●**定員**　先着20名
●**申し込み**　11月20日㈬～12月６日㈮に電話、または直接窓口へ。

社会体育館の受付

問　上 スポーツ推進課　TEL23・6372

◇上野が丘社会体育館
●**日時**　12月２日㈪ 8:20～
●**場所**　上野が丘公民館
１階エントランス横
●**決定方法**　利用希望者同士の話し合い

◇川西社会体育館
●**日時**　12月10日㈫ 8:30～
●**場所**　川西公民館　窓口
●**受付方法**　先着

◇共通事項
●**内容**　１月～３月までの利用受付
●**その他**　減免の申請は受付日１週間前までに問い合わせ先へ。受付日当日に減免の承認はできません。

12月の乳幼児健診・教室

会場
- 上田 ひとまちげんき・健康プラザうえだ
- 川西 川西地域自治センター（川西公民館）
- 真田 真田保健センター
- 塩田 塩田地域自治センター（塩田公民館）
- 丸子 丸子保健センター
- 武石 武石健康センター

持ち物 母子健康手帳、該当する健康診査票。※各健診・教室の持ち物は、保健ごよみをご覧ください。

◆上田地域にお住まいの方
上 健康推進課　TEL23・8244

項目		対象者	実施日	会場	受付
健診	4か月児	令和元年7月16～31日生	4日(水)	上田	12:30～13:30
		令和元年8月1～15日生	17日(火)		
		川辺・泉田・塩田・川西の令和元年7月生	3日(火)	川西	
	1歳6か月児	30年5月16～31日生	10日(火)	上田	
		30年6月1～15日生	18日(水)		
	2歳児歯科	29年9月1～15日生	12日(木)	上田	12:30～13:15
		29年9月16～30日生	25日(水)		
		塩田・川西の29年9・10月生	20日(金)	塩田	
	3歳児	28年11月1～15日生	6日(金)	上田	12:30～13:30
		28年11月16～30日生	19日(木)		
		塩田・川西の28年10・11月生	13日(金)	塩田	
教室	7か月児	31年4月16～30日生	5日(木)	上田	9:20～9:45
		令和元年5月1～15日生	17日(火)		
		川辺・泉田・塩田・川西の令和元年5月生	26日(木)	川西	
	おたんじょう	30年12月1～15日生	11日(水)	上田	
		30年12月16～31日生	25日(水)		
		塩田・川西の30年12月生	24日(火)	塩田	

市内委託医療機関（個別）

健診	10か月児	31年1月16日～2月15日生	12月受診／完全予約制

◆ひとまちげんき・健康プラザうえだ相談室
（祝日を除く月～金曜日に開設）
母乳・妊婦相談室（助産師による妊娠や母乳・育児等の相談）／9:30～15:30
健康相談室（身長・体重の計測、育児や食事に関する相談等）／9:00～16:00

◆丸子地域にお住まいの方
丸子保健センター　TEL42・1117

項目		対象者	実施日	会場	受付
健診	4か月児	令和元年7月生	5日(木)	丸子	12:30～12:45
	10か月児	31年2月生	20日(金)		
	1歳6か月児	30年5月生	3日(火)		
	2歳児	29年10・11月生	17日(火)		
	3歳児	28年10月16日～11月30日生	13日(金)		12:30～12:50
教室	7か月児	令和元年5月生	19日(木)		9:30～9:45

◆真田地域にお住まいの方
真田保健センター　TEL72・9007

項目		対象者	実施日	会場	受付
健診	4か月児	令和元年7・8月生	12日(木)	真田	12:20～12:40
	1歳6か月児	30年4・5月生	24日(火)		12:45～13:00
	3歳児	28年9～11月生	3日(火)		
教室	7か月児	令和元年5月生	18日(水)		9:30～9:40

◆武石地域にお住まいの方
武石健康センター　TEL85・2067

項目		対象者	実施日	会場	受付
健診	4か月児	令和元年7月生	5日(木)	丸子	12:30～12:45

子育て情報53

子どもの発達と事故予防③
～8か月から10か月～

問 上 健康推進課 TEL23・8244

生後8か月から10か月頃になると、ハイハイやつかまり立ち、つたい歩きがはじまって行動範囲が広がり、階段や段差での転倒・転落や、浴槽への転落による溺水、ポットの蒸気やストーブによるやけど等が起きる危険性があります。転落・侵入防止の柵の設置や戸締まりを行い、手の届く範囲に危険な物がないか確認しましょう。

事故が起こってしまったときに慌ててパニックにならないよう、簡単な応急手当やかかりつけ医、緊急連絡先を確認しておきましょう。

「～こどもの急な病気・ケガ～困った時のガイドブック」もご参照ください。

◎平日夜間や休日緊急医のお問い合わせ
上田広域消防本部 TEL26・0119　上田南部消防署 TEL38・0119　上田東北消防署 TEL36・0119　川西消防署 TEL31・0119

※夜間診療・電話相談は、内科・小児科初期救急センターへ。[小児科（15歳以下）TEL21・2233、内科（16歳以上）TEL21・2280]
（診療時間／20:00～23:00、電話受付／19:00～22:30）※休診日：8月14日～16日、12月30日～1月3日

12月 相談コーナー

相談名	実施日	時間	場所	申し込み	連絡先
消費生活相談／市民相談	毎週月～金曜日	9:00～12:00 13:00～16:00	市役所（南庁舎）	不要	上田市消費生活センター TEL75・2535
法律相談（一人年1回、20分／回）	13日(金)・27日(金)	13:00～16:00		事前に電話で	上 生活環境課 TEL22・4140
行政相談	10日(火)			不要	
土地境界問題・登記法律相談・不動産鑑定相談	12日(木)				
行政相談／登記・法律相談	18日(水)	9:00～12:00	丸子地域自治センター	事前に電話で	丸 生活環境担当 TEL42・1216
人権擁護委員による人権悩みごと相談	毎週月・水・金曜日（祝日除く）	9:00～16:00	長野地方法務局上田支局	不要	長野地方法務局上田支局 TEL23・2001
女性弁護士による法律相談	19日(木)	10:00～12:00	市民プラザ・ゆう	事前に電話で	上 人権男女共生課 TEL27・2988
女性相談員によるなんでも相談	毎週火曜日	11:00～18:00			上 人権男女共生課 TEL27・3123
	毎週木曜日 14日(土)・21日(土)	10:00～17:00			
もの忘れ・認知症相談	24日(火)	13:30～17:00	市役所（南庁舎）	事前に電話で	上 高齢者介護課 TEL23・5140 丸 高齢者支援担当 TEL42・0092 真 高齢者支援担当 TEL72・4700 武 高齢者支援担当 TEL85・2119
	10日(火)		丸子ふれあいステーション		
ひきこもり相談・こころの相談	相談の上決定		ひとまちげんき・健康プラザうえだ	事前に電話で	上 健康推進課 TEL23・8244
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（上 生涯学習・文化財課）TEL22・8080
ひとり親相談・家庭児童相談	毎週月～金曜日	9:00～16:00	ひとまちげんき・健康プラザうえだ	不要	上 子育て・子育ち支援課 TEL23・2000
児童生徒の教育相談					教育相談所 TEL27・0241
発達相談		8:30～17:15		事前に電話で	発達相談センター TEL24・7801
わが子の就職等相談会	毎週月曜日	10:00～17:00	若者サポートステーション・シナノ	事前に電話で	若者サポートステーション・シナノ TEL75・2383（上 地域雇用推進課）
若者のための仕事何でも相談	毎週月・木・金曜日				
求職・労働相談、無料職業紹介	毎週月～木曜日（祝日除く）	9:00～12:00	地域雇用推進課（勤労者福祉センター）	事前に電話で	上 地域雇用推進課 TEL24・7363
生活・就労相談	毎週月～金曜日（祝日除く）	9:00～17:00	社会福祉協議会（ふれあい福祉センター）	不要	まいさぽ上田（生活就労支援センター）TEL71・5552（上 福祉課）
外国人住民のための総合相談	毎週月～金曜日（祝日除く）	8:30～17:15	市役所（本庁舎）		上 人権男女共生課 TEL75・2245

※相談内容によっては、時間や申し込み等に条件がある場合がありますので、連絡先にお問い合わせください。

第71回人権週間　人権相談所を開設

国では、毎年12月10日を最終日とする1週間を「人権週間」と定めています。人権週間に合わせて相談所を開設しますので、気軽にご相談ください。

期日	時間	場所
12月2日(月)	9:00～12:00	武石地域自治センター
12月3日(火)	9:00～12:00	真田地域自治センター
12月4日(水)	10:00～16:00	上田駅前ビル・パレオ2階会議室
	9:00～16:00	長野地方法務局上田支局
12月5日(木)	9:00～12:00	丸子ふれあいステーション
12月6日(金) 12月9日(月)	9:00～16:00	長野地方法務局上田支局

●**料金**　無料
●**申し込み**　不要

問 上 人権男女共生課　TEL23・5393
法務局上田支局　TEL23・2001

文芸

短歌

小宮山（こみやま） 久子（ひさこ） 選

入 選

大福を一度に十個食べたとう亡（ちち）父のあの顔輝いていた　つくし　松橋　敏生
圃場整備の苦労話を思い出し日ごとにたれる稲穂みている　南方　滝澤まさ子
草を取る手のすぐ先に虫の声　草叢少し彼らに残さむ　小泉　古畑　悦子

佳 作

ありったけの緑の絵の具パレットに重ね重ねて五月の山山　新屋　菊池三治子
裏山で「イーヨ・イーヨ」と鳴く鳥に気持やわらぐ朝のお勝手　上室賀　宮下和可子
我が宿は鳩の番（つが）いが訪れて売却できぬ祝福ある家　城北　山崎　深幸
試練越え車椅子にも馴じみたり新春（はる）を迎へむ義足を付けて　横尾　北沢　長子

〈選者評・一首目〉壮年期の豪快な思い出話をしてくれた父上、その楽しそうな顔を作者は忘れ得ぬのでしょう。上句の具体的なエピソードと結句の口語表現で一首が生き生きとしています。

〈選者詠〉返信用はがきに一円貼りてあり増税を前にゆかしき人よ

俳句

島田（しまだ） 洋子（ようこ） 選

入 選

戦死といふ一括りの死盆の入り　神畑　金井　美穂
薔薇の字に小さな棘の見え隠れ　中之条　石井紀代子
棟梁の一声厳し炎天下　小泉　小林　宣子

佳 作

炎天や烏骨鶏の羽黒光り　みずの畠　和田　清美
他愛なき話にはじけソーダ水　小泉　若林みゑ子
閉じられし門をはみ出し草茂る　保野　清水ゆき子
球場にスパイクの跡夏果てる　藤原田　西沢　修治
薔薇赤く男の野心奮い立つ　東築地　勝見　稔
みんみん蝉命の果てか夜も鳴く　染屋　綱嶋ツナエ
身に沁むや化粧を厭う姉の老い　御所　長坂　千代
猛暑日は天道様の一人勝ち　下室賀　久保田直子
雨上がり滴七色小鳥来る　長瀬　山岸　政子

〈選者評・一句目〉戦死といっても、一人一人に様々な足跡があり、家族にとっても、それぞれに共に過ごした忘れ得ぬ思い出がある。待っていた盆である。

〈選者吟〉花弁欠く松虫草にぐいと虻

川柳

斉藤（さいとう） 俊酔（しゅんすい） 選

入 選

温かく再起励ます介護の手　金井　羽毛田渓泉
かけっこは抜きつ抜かれつみな主役　小牧　窪田　吉治
夕立に赤いスコップ逃げおくれ　田町　滝沢　彰男

佳 作

たわむれに孫に背負われ老いを知る　中村　大庭　嘉門
少年の一刀下ろす西瓜割り　東築地　勝見　稔
長電話日ごろのうさを晴らし合い　諏訪形　鹿田　宣子
ダイエットしたよな秋刀魚並ぶ秋　御所　長坂　千代
散る花に老いを重ねりゃいとおしい　倉升　丸山　卓雄
空気読みサット一言ことば添え　下郷　戸兵　和人
年寄りに慣れぬ新語は舌を噛む　長瀬　山岸　政子
あれそれで分かり合えてる老夫婦　小井田　北澤　幸人
聞いた振り自慢話は聞き流す　大屋　竹内　啓子

〈選者評・一句目〉高齢者がどんどん増える世の中、介護の大変さは言葉では簡単に言えません。この句のような行動が出来たら最高、心から思います。

〈選者吟〉歳かさね余生見据えた策を練る

2月号の投稿方法

○種類ごと別々のはがきで裏面に**住所、氏名、自治会名、短歌・俳句・川柳の別**を記入の上、下記へ（未発表作に限る）。
○添削を希望する場合は、往復はがきにご自分の宛先を記載の上、投稿してください（短歌は２首まで。掲載作への返信は除きます）。
○掲載作は、選者が添削して掲載する場合があります。
◆住　所　〒386-8601　住所不要　交流文化スポーツ課宛
◆締め切り　**12月16日(月)必着**

問　上交流文化スポーツ課　TEL75・2005

選者のコラム

短歌担当選者
小宮山久子氏

今月の入選歌の評の中の口・語（的）表・現という言葉は、文・語（的）表・現とともに現代短歌の批評の中によく出てきます。おおまかに言って、口・語はいま広く行われている現代語。文・語は平安時代語を基にした言葉の体系。前者は現代（新）仮名づかいで、後者は歴史的（旧）仮名づかいで書かれます。とはいえ同じ日本語、現在の詩歌作品では縦横に使われています。明るく生き生きとした口語表現、思索的で重厚感のある文語表現。仮名づかいに気をつけながら、どちらにもチャレンジしてみてはどうでしょう。

サントミューゼニュース

交流文化芸術センター・市立美術館通信

問　交流文化芸術センター　TEL27・2000　市立美術館　TEL27・2300　火曜日休館

サントミューゼ UEDA SANTOMYUZE
最新の情報はホームページをご覧ください。

※U-25チケットは、サントミューゼ窓口およびサントミューゼチケット予約システムでのみ購入可（入場時要年齢確認）。
※劇場ホールの催しで記載のない場合は、未就学児入場不可、全席指定となります。

“生で聴く「のだめカンタービレ」の音楽会”関連企画　劇場ホール

アナリーゼワークショップvol.34

お話／茂木大輔（指揮）

令和２年１月11日(土)に大ホールで開催される公演に向けて、ドラマ・映画の「のだめカンタービレ」のクラシック監修を務めた指揮者の茂木さんが、演奏される楽曲について分かりやすくお話しします。

日　時　11月30日(土) 14:00～15:00（開場 13:30）
場　所　大スタジオ
料　金　500円（当日券のみ。全席自由。１月11日の公演のチケットを持参した方は無料）

高校生が創る「実験的演劇工房 6th」　劇場ホール

作・演出・監修・指導／多田淳之介（ただじゅんのすけ）
（演出家・東京デスロック主宰）

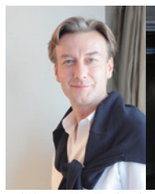
市内の高校演劇班の生徒たちが一堂に会し、プロの演出家の指導のもと、約２週間をかけて全力で制作した演劇作品の公演を行います。

日　時　12月14日(土)・15日(日) 14:00～（開場 13:30）
場　所　大スタジオ
料　金　500円（全席自由。高校生以下無料、要整理券）
チケット発売　11月17日(日) 10:00～
プレイガイド　サントミューゼ（Web・窓口）

広島交響楽団　上田公演　劇場ホール

指揮／クリスティアン・アルミンク
ヴァイオリン／アイレン・プリッチン

日　時
令和２年３月15日(日)
15:00～（開場 14:15）



クリスティアン・アルミンク

アイレン・プリッチン

場　所　大ホール
プログラム
第398回広響
定期演奏会プログラム
ブラームス／大学祝典序曲
ヴィエニャフスキ／ヴァイオリン協奏曲
ブラームス／交響曲 第１番
料　金　S席4,500円、A席3,500円
（U-25は、S席2,000円、A席1,500円）
チケット発売　11月23日（土・祝）10:00～
プレイガイド　サントミューゼ（Web・窓口）、平安堂（上田店・上田しおだ野店）　ほか

小野明子（おのあきこ） ヴァイオリン・リサイタル　劇場ホール

ソナタの系譜～受け継がれた輝き～ ふたつのソナタと小品舞曲集

ピアノ／髙橋多佳子（たかはしたかこ）

日　時　12月20日(金) 19:00～（開場 18:30）
場　所　小ホール
プログラム　シューベルト／ヴァイオリン・ソナタ
R.シュトラウス／ヴァイオリン・ソナタ　ほか
料　金　2,000円（U-25は半額）
プレイガイド　サントミューゼ（Web・窓口）、平安堂（上田店・上田しおだ野店）

【関連企画】
アナリーゼワークショップ vol.35

お話／小野明子

日　時　12月18日(水) 19:00～20:00（開場18:30）
場　所　小ホール
料　金　500円（当日券のみ。全席自由。本公演のチケットを持参した方は無料）

企画展　美術館

農民美術・児童自由画100年展

山本鼎（やまもとかなえ）が始めた「農民美術運動」と「児童自由画教育運動」。本展は、100年を迎えた両運動の果たした意義を見つめ直し、今後の可能性を探ります。

期　間　11月30日(土)～令和２年２月24日（月・振休）
場　所　２階展示室
料　金　一般700円、高校・大学生500 円、小・中学生300円

◇記念講演会　「児童自由画教育運動と美術教育」

日　時　12月21日(土) 13:30～15:30
場　所　２階ホワイエ
パネリスト　金子一夫（かねこかずお）氏（茨城大学名誉教授）
岡田匡史（おかだまさし）氏（信州大学教育学部教授）
石倉孝祐（いしくらたかすけ）氏（東京都北区飛鳥山博物館学芸員）
定　員　先着50名（企画展観覧券が必要です。当日までに来場された方は、半券持参で無料）
申し込み　12月１日(日)～15日(日)に電話で。

◇100年リレートーク

複数の関係者がリレー形式で、本展を解説するギャラリートークを開催します（全３回を予定）。参加には企画展観覧券が必要です（申込不要）。

日　時　第１回　12月14日(土) 13:30～15:00

公開練習には遠方からもファンが

選手たちは終始リラックスした様子

ありがとう！ AZZURRI！

2019年9月8日～14日、4年に一度の大会に臨むため上田市にトレーニングキャンプに訪れたラグビーイタリア代表。

陽気で人懐っこい彼らたちの笑顔は、時に一国の代表であることを忘れさせましたが、代表ジャージを身にまとう姿は、ワールドカップの厳しさと、ラグビーの魅力を私たちに伝えるには十分なものでした。

初のベスト８というチームの願いは叶いませんでしたが、「また菅平で会いましょう！」と声を掛けると、「すぐにね！」と最後まで明るさを忘れない選手たちを、私たちはきっと忘れないでしょう。Ci vediamo ！ AZZURRI ！

チームの健闘を祈り、オペラコンサートとイタリアフェアを開催

チームを出迎えるため大勢の市民が集まった上田駅前

イタリア代表チームの試合結果

２勝１敗１分　予選プール　３位

9/22 (日)	○ 47-22	ナミビア	大阪：花園ラグビー場
9/26 (木)	○ 48- 7	カナダ	福岡：博多の森球技場
10/ 4 (金)	● 3 -49	南アフリカ	静岡：エコパスタジアム
10/12 (土)	△ 0 - 0 ※台風の影響のため中止	ニュージーランド	愛知：豊田スタジアム

勝利を願い上田市からも応援団が会場に駆け付けた

特集

ウエダとブドウとワイン

今年9月21日、上田市初のワイナリーとなるシャトーメルシャン・椀子（まりこ）ワイナリーが丸子地域に誕生しました。

今、上田市は、日照時間が長い、雨が少ない、標高が高く昼夜の寒暖の差が発生するなどの好条件がそろう、日本有数のワイン用ぶどうの栽培に適した地域としてワイン関係者の熱い視線を集め、大手ワインメーカーだけでなく、個人の新規就農者も増えてきています。しかし、近年からと思われがちですが、上田市においては、実は約50年前からワイン用ぶどうの栽培が始まっており、歴史ある産業でもあります。

今回は、上田市内でワインに携わる人々の熱い想いと、上田市におけるワインの〝今〟を特集します。

千曲川ワインバレー特区（東地区）

2015年、上田市、小諸市、千曲市、東御市、立科町、青木村、長和町、坂城町は、8市町村で構成する広域ワイン特区の認定を受けました。特区内では、小規模でもワイナリーを開設することができ、ワイン造りを目指す方にとって、参入しやすい環境になっています。

上田市のワイン用ぶどうはここから始まった！ 先駆者 マンズワイン

1960年代に山梨県勝沼で、日本産のぶどうを使用したワイン造りに取り組みはじめたマンズワイン。長野県での栽培を開始するのはそこから程（ほど）なくしてでした。

- **1971年** 塩田平でワイン用ぶどうの契約栽培を開始
- **1973年** 小諸市にワイナリーを建設
- **1994年** 塩田平東山地区に欧州系品種「カベルネ・ソーヴィニヨン」の植え付けを開始
- **2000年代** 東山地区で栽培されたぶどうから造られたワインが、数々の国賓級VIPの夕食会、コンクールなどで高い評価を得る

2017年のトランプアメリカ合衆国大統領来日時の内閣総理大臣主催の会食に「ソラリス 信州 東山 カベルネ・ソーヴィニヨン2013」、「ソラリス 信州 東山 カベルネ・ソーヴィニヨン2014」の2つのワインが採用されました。

インタビュー 50年の歴史にワクワク

地元の農家に支えられて

マンズワイン小諸ワイナリーでは、自社栽培と契約農家の皆さんに栽培していただいたぶどうのみを使用してワインを造っています。現在約5ヘクタールある塩田平東山地区の自社の畑では、約4ヘクタールでカベルネ・ソーヴィニヨンを、約1ヘクタールでメルロー、そのほかピノ・ノワールなどの品種を栽培しています。カベルネ・ソーヴィニヨンは世界的に人気の赤ワイン用ぶどう品種です。本来、暑く乾燥した土地を好み、日本ではあまり広く栽培されていませんが、ここ東山地区の、雨が少なく、水はけがいい土壌はとても適しています。この地区にカベルネ・ソーヴィニヨンを植え付けてから25年経過し、しっかりと根を張ったぶどうの成木たちは1番いい時期を迎えています。

今のようなワインブームを迎えるずっと前、1971年から上田市の契約農家の皆さんにはワイン用ぶどうを栽培していただいており、当時から高品質のぶどうを提供し続けていただいています。また、自社の畑については上田地域シルバー人材センターに管理をお願いしています。今年8月に激しくひょうが降った際には裂（れつ）果が見られましたが、高い衛生度を保つことができました。日々の栽培・管理をしていただいている地元の皆さんには本当に感謝しています。

武井 千周（たけい ちひろ）さん
マンズワイン株式会社
小諸ワイナリー工場長

邑田 明（むらた あきら）さん
小諸ワイナリー製造グループ主査
（上田市出身）

東信エリアを世界の銘醸地へ

東山地区で栽培されたぶどうから醸造されたワインからは、これまでも世界に通用するものがいくつも出てきています。日本ワインコンクール2018においても「ソラリス 信州東山メルロー2015」が金賞を受賞し、カベルネ・ソーヴィニヨンのみならず、ポテンシャルを秘めたいいぶどうがこの地で栽培されています。

上田市や私たちのワイナリーがある小諸市も含め、東信エリアではワイナリーが続々とできています。いいぶどうができるから人が集まってくる。このエリアで造られたワインはコンクールでも常に高い評価を得ていて、今、日本で1番いいワインができて、1番熱いエリアではないでしょうか。

東信エリアはワイン用ぶどうのいい産地になってきました。これからはみんなで力を合わせて「世界の銘醸地」に変えていきたいと、心の底から思っています。ワインで上田市はもっともっと楽しくなっていくと思います。

マンズ・レインカット栽培法

マンズワインの栽培を語る上で外せないのが、「マンズ・レインカット栽培法」です。1987年に特許を申請したこの栽培法は、垣根の支柱の上に簡単な開閉式のビニールのカバーをかけることで、ぶどうの房や葉を雨から守り、完熟前に病気になってしまうことを防ぎます。ヨーロッパと比べると雨が多い日本でも、完熟して健全なぶどうが収穫できます。東山地区を訪ねた際にキラキラと光が反射している場所があったら、大切に熟されていくぶどうたちの畑かもしれません。

メルシャン 陣場台地再生から ワイナリーオープンへ

丸子地域にある陣場台地は、かつて養蚕で栄え、昭和初期には桑畑が広がっていましたが、製糸業の衰退とともに、桑畑も姿を消していきました。平成に入るころには、陣場台地の農地約25ヘクタールのほとんどが遊休荒廃地化し、地元ではこの土地の再活用を模索していました。

そんな中、国内有数のワインメーカーであるメルシャンがワイン用ぶどうの栽培地を探しているという情報が伝わり、2000年に陣場地区土地利用研究委員会（現 陣場台地研究委員会）を組織し、受け入れの体制を整えました。

2003年からぶどう苗の植栽が進み、現在では29ヘクタールの広大な土地で8品種が栽培され、毎年、収穫を楽しみにした多くのボランティアが参加しています。この陣場台地で栽培されたぶどうを使った椀子シリーズは、国内外で高い評価を得ており、日本ワインコンクール2018では「シャトー・メルシャン 椀子オムニス 2015」が金・部門最高賞を受賞。そして、今年9月、待望のシャトー・メルシャン椀子ワイナリーが誕生しました。

行チャン 上田市行政チャンネル
動画でもご覧いただけます

インタビュー 上田市初のワイナリーにワクワク

小林（こばやし） 弘憲（ひろのり）さん　メルシャン株式会社
シャトー・メルシャン　椀子ワイナリー長

陣場台地の個性が、凝縮した果実には欠かせない

陣場台地の特徴は、日照量が多く、雨が少ないこと。水分が少ないというストレスが、ぶどうの果実をより凝縮します。

もう一つ、栽培を開始して初めて分かったことが、〝風〟です。この台地には午後になると風がよく吹き、ぶどうの房の周りに湿度がこもらないため病気になりにくいのです。風で揺れ、ぶどうの実と実が触れることも、一つのストレスになっています。

ワイン用のぶどうを造るのに適したストレスがいくつかあり、好条件の産地であると感じています。

ワイナリーオープンからその先へ

2003年のぶどう畑の開園から16年がたちました。まずは、地域の皆さんに恩返しがしたいという思いです。

椀子ワイナリーが地域と〝調和〟し、地域のコミュニティの場の一つとして、この土地で造られたワインと地元食材を使用したおつまみでゆったりと語らっていただく、皆さんに気軽に訪れていただける、そんなワイナリーになっていけたら非常にうれしいです。

また、市外からこのワイナリーを訪れた方にとっても、例えばここから上田城を訪れる、鹿教湯温泉や別所温泉を訪れるといったようなツーリズムの一部に選んでいただけるような存在になればと思っています。

そして、畑をしっかり維持していくことが、ここの自然、里山を守り、生態系の維持につながります。これまでもぶどう畑の一角で塩川小学校の子どもたちにジャガイモの栽培をしてもらっていますが、今後も社会科見学や、農作業からぶどうの生育を一緒に楽しんでもらったり、子どもたちの学びの場として活用をしてもらえるワイナリーになっていきたいです。

世界を見据えつつ、この地域を未来へつなげていく役割が椀子ワイナリーにはあると思っています。

ワイナリー開業を目指し、上田市へ移住した新規就農者

個人で理想のワインを追求する夢にワクワク

京都のワイナリーに勤めていたときから、ワインコンクールなどで長野県産のワインのすごさを感じていた田口さん。調べてみると長野県の東信地区は新しいワイナリーも多く、近年、ワインの生産地として盛り上がりをみせている地域であることが分かり、上田市でのワイン用ぶどう畑の開園にたどりつきます。

「資材を打ったり、植え付けをしたり、イチから一人で畑を整備したので、開園の大変さが身に染みて分かりました。現在は3カ所、3.1ヘクタールの畑で10品種を栽培しています。上田市は日照時間が長く全国でも上位に入るほど。また、昼夜で栽培に適した寒暖の差があり、夜に気温が低くなるため、果実の糖度が高まります」

今年の夏、イチから造りあげた農園で収穫されたぶどうから、初めてとなるワインが醸造されました。田口さんの現在の目標は、ワイナリー開業です。

「2018年は自分でも納得がいくぶどうが収穫でき、今年はそのぶどうを使用した、この畑から初めてとなるワインが完成しました。目指しているのは、農薬を極力使わず、ぶどうのうまみがあふれ、やさしくすっと体に入ってくるワインです。今年できあがったワインは、醸造だけは他のワイナリーにお願いをしました。自分自身で醸造してはじめて自分のワインと言えると思うので、2021年までにワイナリーを建てることが今の目標です」

上田市でのワインの広がりについて、田口さんはこうも語ります。

「ワイン用ぶどう栽培に適した日本有数の土地である上田市でできるワインを市民の皆さんに知ってもらえるように活動していきたいです。いいワインができる地であることを誇りに思えることで、そこから市外、県外へ〝上田市とワイン〟が広がっていくと思います」

田口（たぐち） 航（こう）さん
千葉県出身。京都府にあるワイナリー勤務を経て2015年に上田市へ移住し、塩田平東山地区でワイン用ぶどうを栽培。

「世界の銘醸地」へ…

上田市に誇りを持てるような素敵なお話が多く、ワクワクしてきませんか。

ワインの世界では「テロワール」という「風土、土地の個性」などと訳される言葉が大切にされていて、ワインほど、風土や土地を思い浮かべながら楽しむお酒はありません。上田産のワイン用ぶどうで醸造されたワインを楽しむことは、上田市を深く知ることにもつながります。

市では、広域特区を取得した近隣7市町村とともに、まずは産地化、そして産業化、いずれはブランド化とステップアップしていけるよう、関係者の皆さんとともに振興を図っていきたいと考えています。

問 上農産物マーケティング推進室
TEL 21・0053

台風第19号により被災された方への支援制度

詳細は、下記にお問い合わせいただくか、市ホームページで確認ください。

市ホームページ

項　　目	支　援　内　容	問い合わせ	
り災証明	り災証明書の発行	危機管理防災課	TEL21・0123
市県民税	市民税・県民税の減免、所得控除	税務課	TEL23・5115
固定資産税等	固定資産税および都市計画税の減免	税務課	TEL23・8240
市税・国保税等の納付	納税相談による徴収猶予および分割納付	収納管理課	TEL23・5117
諸証明手数料	所得証明、納税証明、法人に関する証明、土地・家屋関係証明書等の手数料の免除	税務課	TEL23・5169
		収納管理課	TEL23・5117
	住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍謄抄本等の手数料の免除	市民課	TEL23・5334
消毒に対する支援	石灰・逆性石けんなど消毒剤の配布	生活環境課	TEL23・5120
ごみ処理手数料	ごみ処理手数料の減免	廃棄物対策課	TEL22・0666
市営住宅	抽選によらない随時入居受入	住宅課	TEL23・5176
建築物等復旧工事資金の利子補給	被災建築物の復旧に伴う融資に対する利子補給		
災害見舞金	建物、または人的被害を被った世帯に対する見舞金	福祉課	TEL22・4100
介護給付費等	障害者総合支援法による介護給付費等利用者負担額の減額・免除	障がい者支援課	TEL23・5158
特別児童扶養手当等（特別障害者手当等を含む）	支給制限の免除		
介護保険料	介護保険料の減免	高齢者介護課	TEL23・6246
介護サービスの利用料	介護サービスの利用者負担額の減免		
健康相談	訪問等による健康相談	健康推進課	TEL23・8244
国民健康保険税	国民健康保険税の減免	国保年金課	TEL75・7101
後期高齢者医療保険料	後期高齢者医療保険料の減免	国保年金課	TEL23・5118
国民健康保険・後期高齢者医療保険加入者	医療機関等での窓口負担の免除	国保年金課	TEL75・7101
保育園入園	児童の保育園への入園	保育課	TEL23・5132
保育料	保育料の減免		
ひとり親家庭制度	児童扶養手当の受給（所得制限適用外）	子育て・子育ち支援課	TEL23・5106
	母子父子寡婦福祉資金貸付金の償還猶予、所得制限の適用外		
子育て短期支援事業（ショートステイ）	一定期間、児童を児童養護施設等で保護・養育		
中小企業融資あっせん（県制度）	災害復旧に必要な設備資金、運転資金の貸付	商工課	TEL23・5395
上下水道料金	上下水道料金を減免	上下水道局料金センター	TEL22・1313
下水道事業受益者負担金・分担金	下水道事業受益者負担金・分担金の徴収猶予	上下水道局サービス課	TEL75・1092
児童クラブ・学童保育所	児童クラブ・学童保育所の一時利用	学校教育課	TEL23・5195
児童館・児童センター	児童館・児童センターの学校からの直接利用等		
住宅の応急修理	住宅が一部損壊（10%以上20%未満）以上の被害を受けた方を対象に日常生活に必要な最小限度の部分の応急修理を支援	建築指導課	TEL23・5430

市の人口（令和元年10月１日現在）
人口：157,143人　男：76,987人　女80,156人　世帯数：68,089世帯

編集・発行　上田市
〒386-8601長野県上田市大手1-11-16
TEL0268・22・4100 FAX0268・22・4131 uedapr@city.ueda.nagano.jp

令和元（2019）年11月号（毎月16日発行）

マチイロ 広報うえだ配信中
アプリを通じて、市のお知らせをスマートフォンやタブレットからご覧いただけます。

VEGETABLE OIL INK
この印刷物はグリーン購入法の基準を満たす紙と植物油インキを使用しています。