

# 丸子

地域自治センターだより

- 1 …… 行事イベント予定
- 2 …… 地域の話題
- 3 …… お知らせ
- 4～5 …… 地域協議会だより
- 6 …… 図書館だより
- 7 …… 公民館だより
- 8 …… お知らせ

Proud!  
Japan

復興を支援しよう

## 丸子地域行事イベント予定 (6月～8月)

- 6月 16日 第33回木曾義仲挙兵弓道大会
- 23日 自治会アレチウ! 駆除一斉行動日
- 29日 依田窪プールオープン  
ラベンダー祭り(～7/15まで:音楽村)
- 7月 6日 いきいきフェスティバル2019  
第8回霊泉寺温泉グリーンフェスタ
- 13日 依田窪プール祭り
- 8月 3日 第42回丸子ドドンコ
- 4日 第24回信州爆水RUN in 依田川

## ハートビート 「HEARTBEATまるこ」 のメンバーによる田植え

5月18日【場所：上長瀬の水田】  
関連記事 (2ページ)



令和元年/2019 6.16 発行

第69号

信州国際音楽村 開村32周年音楽祭

信州ルネッサンス2019

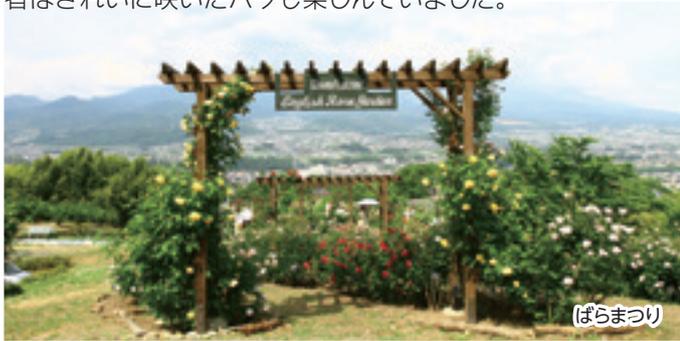


依田保育園開会宣言

6月1日(土)、信州国際音楽村において、信州ルネッサンス2019が開催されました。

依田保育園年長さんの元気なダンスによる開会宣言で野外フェスティバルがスタートし、式典後のパフォーマンスステージでは、丸子北中学校吹奏楽部マーチングによるステージドリルや丸子北小学校金管部、市内外で活動するグループなどが演奏や歌、ダンスを披露し、大勢の観客を沸かせていました。

当日は音楽村公園で「ばらまつり」が開催されており、来村者はきれいに咲いたバラも楽しんでいました。



ばらまつり

ハートビート

HEARTBEATまるこ  
結成記者会見

5月9日(木)、丸子地域自治センターにおいて、「HEARTBEATまるこ」の発足及び事業方針発表が行われました。



「HEARTBEATまるこ」とは…

丸子地域に在住する30代農業者を中心としたメンバーが連携し、農業で地域を盛り上げ、丸子地域の魅力を広める活動を行うグループです。キリン絆プロジェクトや上田市の支援を受け事業を進めています。

5月18日(土)には、メンバーが協働栽培をする米、「ゆめしなの」と「ササニシキ」の田植えが行われました。



陣 場 台 地

ブドウ苗木の植栽と植え替え作業

塩川陣場地区のブドウ畑において、4月26日(金)、4月27日(土)、5月15日(水)に陣場台地研究委員会主催によるブドウ苗木の植栽と植え替えが行われました。

3日間で約100名のボランティアの皆さんが参加し、3,000本の苗を植えました。

参加者のおひとは、「この小さな苗が数年後にはブドウが実るまでに成長するのかなと思うと不思議な感じがします」と、話していました。



建設中のワイナリーをバックに作業をするボランティアの皆さん

ワイナリー完成は秋!

梶子ワイナリーは9月21日(土)にオープンし、今年の収穫分から醸造を始めます。

2020年の東京オリンピック・パラリンピックに合わせて、梶子ワイナリーで醸造された白ワインがリリースされる予定です。





障がいがある方は、その障がいやさまざまな障壁によって、日常生活や社会生活を送るうえで多くの制限を受けています。また、外見からは障がいがあることが分かりにくいことで、配慮や支援の必要性が周囲に理解されずに困っている方もいます。このコーナーでは障がいの基礎知識や障がいのある方にとって困難なこと、障がい状況に応じた配慮、サポートのポイントを紹介します。みなさんの思いやりやちょっとした配慮によって、障がいがある方の自立や社会参加が進み、誰もが暮らしやすいまちづくりにつながります。

### 【内部障がい】

内部障がいには、心臓機能障がい、腎臓機能障がい、呼吸器機能障がい、ぼうこう・直腸機能障がい、小腸機能障がい、肝臓機能障がい、ヒト免疫不全ウイルス(HIV)による免疫機能障がいの7つの機能障がいがあります。

内部障がい者の共通の悩みとして、外見からは障がいがあることをわかってもらえないという点があります。そのため、周囲の理解が得られにくく電車やバスの優先席に座っていても、不信な目で見られ嫌な思いをすることがあるなど、心理的なストレスを受けやすい状況にあります。また、全身の状態が低下しているため体力がなく、疲れやすいため、重い荷物を持ったり、

長時間立っているとといった身体的な負担を伴う行動が制限されます。

心臓機能障がいや心臓ペースメーカーを埋め込んでいる方の中には、携帯電話から発せられる電磁波等の影響を受けることで誤操作する恐れがあると不安に思う方もいるため配慮が必要です。呼吸器機能障がいの方は、タバコの煙を苦しく感じる方もいます。ぼうこう・直腸機能障がいや人口肛門や人工ぼうこうを使用されている方(オストメイト)は、排せつ物を処理できるオストメイト用トイレを利用する必要があります。

サポートするときは、立ち話ではなく、いすを用意し座ってもらうなどできるだけ負担をかけない対応を心がけます。また、免疫力が低下している方が多いので、感染症をうつさないようマスクの着用や、人が大勢いる中で長時間待たせないといった配慮が必要です。

☎ 市民サービス課 (福祉担当) 電話 42-1118 / 有線 24474

## 地域で活躍する高齢者のみなさんをご紹介します

No12



おもいを使った筋力運動(準備体操、筋力運動、整理体操)を中心に、残った時間でレクを行います。筋力運動では、真剣な面持ちで取り組んでいますが、レクでは笑い声が起こるなど楽しい雰囲気の中で活動しています。

### 北街道健康体操の会

今年度は新たに、北街道健康体操の会、健康で長生きするかい(宮沢)、やさしいヨガ(上丸子等)、おいでサロン(東組)、健康倶楽部(塩川)の5つの地域リハビリを実施する団体が発足しました。今回は「北街道健康体操の会」と「健康倶楽部(塩川)」の活動を紹介します。

自主的に地域で活動する高齢者のグループを紹介し、明るい長寿社会づくりを応援します。

※令和元年5月1日現在、丸子地域の高齢化率は33・31%(先月比+0・08%)

いきいきと活動しながら  
地域で支え合う社会へ



ヨガ初心者からベテランの方まで、無理なく自分のできる範囲で楽しみながら活動しています。リラックスできる音楽を聴きながら、呼吸を整え行うヨガは日常の疲れを癒し、体力の維持向上に役立っています。

### 健康倶楽部(塩川)

☎ 市民サービス課 (高齢者支援担当) 電話42-0092 / 有線24583

新センター長

着任あらびびび



丸子地域自治センター長

竹花 国雄（飯沼）

このたび、丸子地域自治センター長に就任しました竹花国雄です。よろしくお願いたします。

新たな令和の時代を迎え、丸子地域におきましては関係各位の御理解と御尽力によって、陣場台地にワイナリーがオープンします。これを契機に若手農業者による新たな取組みも始まっており、地域活性化を期待しているところでございます。

丸子地域は、水仙・桜・花桃などの花木や自然豊かな里山に囲まれ、四季折々の風景が楽しめる場所です。また、シルクからハイテク産業へ工業化が進展し、比較的災害の少ない穏やかな気候の中で生活できる「まち」であります。近年、少子高齢化、空き家の増加等の負の要因ばかりを耳にいたしますが、この地域には、先人により労働、商業、教育、医療並びに観光等が整備されています。今後この地域の特色を活かした「まちづくり」を職員が一丸となって進めてまいりますので、皆さんの御支援と御協力をお願いいたします。

## 丸子地域協議会だより

市民協働によるまちづくり



### 第7期丸子地域協議会 委員名簿

(平成31年4月23日～令和2年3月31日)

(敬称略)

役職	氏名	自治会名
会長	小澤 厚	中丸子
副会長	田村 裕子	御嶽堂
委員	内堀 敏高	茂 沢
委員	大神 文子	海 戸
委員	片桐 有紗	西 内
委員	小平 淳一	中丸子
委員	齋藤 明	西 内
委員	齋藤ゆり子	海 戸
委員	富岡太刀夫	沢 田
委員	永井 静江	西 内
委員	永井 三男	西 内
委員	中村 勝彦	下長瀬
委員	西沢 久	藤原田
委員	御堂島 明	中丸子
委員	宮岸喜恵子	飯 沼
委員	宮坂 和雄	腰 越
委員	山岸 嘉幸	上長瀬
委員	山本 幸恵	下和子
委員	横山 佳栄	坂 井
委員	綿谷 憲一	三反田

### ●第1回丸子地域協議会開催（4月23日）

開会后、新しく着任した永井委員に委嘱状が授与されました。

自己紹介後、下記について報告がありました。

- 1 丸子地域自治センター耐震化工事について
- 2 31年度の主な施策について
- 3 地域振興事業基金の活用事業について
- 4 分科会での検討状況について



### ●第2回丸子地域協議会開催（5月29日）

開会后、新しく着任した片桐委員からご挨拶がありました。

座長より6月29日(土)に開催予定の市民活動団体交流会についての説明があり、その後、分科会での検討状況について報告がありました。

地域協議会で話し合われた詳細な内容は、ホームページに掲載しています。「丸子地域協議会」で検索してください。

<http://www.city.ueda.nagano.jp/mtiiki/shise/chiikizukuri/kyogikai/maruko/index.html>

# 新生まりんこ号 運転開始!

新生まりんこ号にラッピングされたデザインは、丸子修学館高校美術部(平成27年)の生徒さんによるものです。

まりんこ号

まめ知識



**乗り降り  
ラクラク!!**

新しくなって手すり、乗降ステップが設置されました。



## まりんこ号で行ってみよう!

丸子地域をぐるっと周る循環バス。バス停の近くにはあなたの知らない旧所や隠れた名跡、面白い行事など魅力的な場所がたくさんあります。まりんこ号に乗って、丸子地域を再発見する旅に出かけてみませんか?(公共交通に関する分科会)

**運行日** ●月曜日から土曜日  
※日曜・祝日及び12/31~1/3は運休  
**運賃** 1回 200円  
※高校生以下、障がい者手帳所持者は100円  
ただし、小学生以下は無料



## まりんこ号で プチお花見ツアー!?

丸子地域ではたくさんの団体の皆様のご協力による「花いっぱい運動」を実施しています。これからの季節、まりんこ号の車窓からもたくさんの花壇を見ることができます。沿線の花壇の一部を紹介します。



東・西コース



下丸子交差点  
団体／下丸子福寿会



西コース



北原交差点付近  
団体／北原ひまわりクラブ



東コース



練合入口(弁井上平入口バス停通過後)  
団体／練合たのしみ会



茂沢公民館付近(茂沢公民館バス停の先)  
団体／茂沢長生クラブ

「まりんこ号」は丸子中央病院前のバス停を起点に福祉施設、丸子地域自治センター、商業施設、病院などのそばを回ります。買い物、通院にとっても便利です。



## 平成から「令和」へ

5月1日より元号が「令和」に変わりました。

図書館では、発表翌日の4月2日より、元号に関連する資料の特設展示と関連本の紹介を行いました。

これは、新元号の出典が万葉集であったことから、横山文庫<sup>(※)</sup>の蔵書のうち、江戸時代の国学者北村季吟が書いた万葉集の注釈書「萬葉拾穂抄」を展示し、万葉集と平成に関連する資料をそれぞれ集めました。

古典文学にふれ、平成の時代を振り返るよい展示になりました。

※ 横山文庫は、塩川の故横山新兵衛氏から寄贈された約4,500冊の蔵書コレクションです。なかでも万葉集に関連する蔵書は約500冊と多い。蔵書のすべてが貸出禁止資料ですが、館内で閲覧できますのでご利用ください。

### ◆ 情報コーナー ◆

#### ● 闘病記コーナーの紹介

新刊本の棚の裏側に、闘病記コーナーがあります。

闘病記は、病を経験した患者やその家族、患者を支える人々によって書きつづられた記録であり、似た境遇の方がどう考え、どのように乗り越えたのかを知ることができ、通常の医療情報では得がたい貴重な情報源となります。

図書館では、がん、脳、心臓の病気、精神といった分類をしておりますので、ご利用ください。



### ◆ お知らせコーナー これからのイベント予定 ◆

#### ● セタおはなし会

おはなしボランティアのみなさんによる「セタ」をテーマとしたおはなし会を開催します。

日時 / 7月20日(土)  
午前10時30分から30分程度  
場所 / 第一研修室



#### ● 真夏の夜のおはなし会

おはなしボランティアのみなさんによる「真夏の夜のおはなし会」を開催します。絵本の読み聞かせ、紙芝居など盛りだくさん。ご家族みなさんでお楽しみください。

日時 / 8月10日(土)  
夜7時から1時間程度  
場所 / 第一研修室



### 図書館カレンダー

赤い日が休館日(毎週月曜日、振替休日、月末整理日)です。

ほんのむしくん

#### 6月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24	25	26	27	28	29

#### 7月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

#### 8月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

## 令和元年度ひびきあい教室が開講しました

上田イングリッシュクラブ



将棋を楽しむ会



絵手紙を楽しむ会



5月11日土曜日、令和元年度のひびきあい教室が開講しました。今年も6つの教室が開講され、丸子地域の小・中学校から79人の参加者が集まり、各会場で開講式を行いました。参加した児童、生徒の皆さんは、緊張した様子で真剣に先生の話聞いていました。全10回の講座で、技術や知識を学びます。また、学校や学年をこえた仲間づくりをしたり、先生のお手伝いを通じて、リーダーやボランティアの心も育てます。

子どもアートクラブ



おこのみ料理教室



自然を楽しむ会



## 親子で遊ぼうグーチョキパ



5月14日火曜日、令和元年度「親子で遊ぼうグーチョキパ」が開講しました。市内から21組43人の親子が集まりました。今年度は初めて参加する親子が多く、緊張した様子で活動が始まりました。これから一年をとおして四季折々の音楽村を楽しみながらお散歩をしたり、運動会や、クリスマス会等の活動をしながら、親子の楽しいふれあいの時間にしてもらいたいと思います。

## 第24回 信州爆水RUN in 依田川

**参加者募集!**

**開催日 8月4日(日)**

- **コース**
  - ◆ 鉄人コース〈依田川〉(約8km)
  - ◆ 新すくだしてGO!コース〈内村川〉(約5km)  
※山のコースはなくなりましたのでご注意ください。
  - ◆ ファミリーグループコース〈内村川〉(約3km)
- **定員**
  - ◆ 鉄人コース
  - ◆ 新すくだしてGO!コース
  - ◆ ファミリーグループコース
- **参加料**
  - ◆ 鉄人コース 及び 新すくだしてGO!コース / 3,000円
  - ◆ ファミリーグループコース  
(1グループ5人までエントリー可能)  
小・中学生 / 1,000円  
高校生以上 / 1,500円
- **申込期間** 6月11日(火)～6月21日(金)  
※定員になり次第、締め切る場合があります。  
※当日の受付はありません。
- **申込先・お問い合わせ** 信州爆水RUN in 依田川 実行委員会事務局  
(丸子総合体育館内) 電話43-2250 有線24611

小学生  
未滿は  
無料

## 第42回 丸子ドドンコ

丸子地域の伝統ある夏祭り「丸子ドドンコ」。自治会、ご家族、お友達、会社の仲間、みなさまお誘いあわせのうえご参加ください。

**開催日**

**8月3日(土)**



- ◆ 大人みこし … 午後4時30分から
- ◆ 子どもみこし … 午後5時から
- ◆ おどり … 午後6時45分から

丸子ドドンコ実行委員会事務局  
(産業観光課内) 電話42-1048 / 有線24541

### クアハウスかけゆ イベント情報

#### こども水泳アドバイス開催!

- **こども水泳アドバイス(水慣れからクロール・背泳ぎ)**  
対象 / 小学生  
開催日時 / 7月21日(日)午前10時30分から11時30分  
※入館料(500円)
- **こども水泳アドバイス特別編(平泳ぎ)**  
対象 / 小・中学生  
開催日時 / 7月28日(日)午前10時30分から11時30分  
8月4日(日)午前10時30分から11時30分  
※入館料(500円)の他に参加費300円がかかります。



クアハウスかけゆ 電話44-2131 / 有線29762

詳しい内容は、施設へお問い合わせください

依田川リバーフロント市民協働事業実行委員会

### 水辺だより

… 参加賞 …  
応募者全員に記念品を贈呈します

#### 川の絵・川の写真を募集します

「自然環境の保全と人々が共生できる地域づくり」について身近に考え、関心を高めることを目的に川の絵・川の写真を募集します。

- **作品の内容** / 依田川・内村川・千曲川の風景、川とくらし、水と親しむ姿や魚釣りなど「ふるさとの川」を表現した絵や写真
- **募集期間** / 令和元年8月1日(木)～11月29日(金)
- **作品の提出先** / 丸子地域自治センター地域振興課
- **大きさの基準** / 用紙、用具、写真のサイズは問いません  
デジタルデータでも可

応募規定

依田川リバーフロント市民協働事業実行委員会事務局  
(地域振興課内) 電話42-1011 / 有線24510

上田市子ども会育成連絡協議会

### ふるさとキャンプ2019 in 丸子

上田市全域の小学生が集まり、丸子総合体育館とその周辺で2泊3日のキャンプを開催します!  
皆さんも一緒に夏の思い出を作ってみませんか?

- **期日** / 8月6日(火)～8日(木)の2泊3日
- **場所** / 丸子総合体育館、霊泉寺川
- **定員** / 小学生35名  
応募者多数の場合は抽選
- **参加費** / 3,000円
- **応募方法** / 申込用紙を記入し、7月4日(木)までに事務局へFAXしてください。(後日参加可否を通知します。) **申込用紙の設置場所** / 丸子公民館、丸子総合体育館。左記QRコードからも、申込用紙をダウンロードできます。



上田市子ども会育成連絡協議会 電話23-6370 FAX23-6368

地域づくりに関する  
提案をお寄せください。

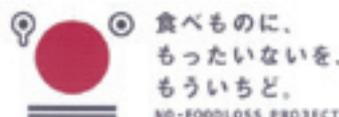
地域の素晴らしい風景(残したい風景)や  
話題の写真をお寄せください。

### 丸子地域自治センター 地域振興課

〒386-0492 上田市上丸子 1612 電話 42-1011 有線 24510 FAX43-3666  
E-mail ▶ mtiiki@city.ueda.nagano.jp  
http://www.city.ueda.nagano.jp/mtiiki/index.html

#### 【食品ロスをなくそう!】

食事の際は、生産者への感謝を  
忘れずにいたしましょう。



### 丸子地域主なできごと (4月～6月)

- 4月 4日 小・中学校入学式
- 5日 丸子修学館高校入学式
- 21日 独鈷山千本桜まつり
- 23日 第1回丸子地域協議会
- 28日 鹿教湯文殊堂春祭り
- 5月 3日 第48回丸子少年野球リーグ戦開幕式
- 12日 第52回丸子早起野球大会開幕式  
第40回丸子ソフトボール大会開幕式
- 24日 まるこ春秋学園開講式
- 26日 国際交流フェスティバル2019 in Maruko
- 29日 第2回丸子地域協議会
- 6月 1日 信州ルネッサンス2019 (音楽村)

