

丸子

地域自治センターだより

- 1 …… 行事イベント予定
- 2 …… 地域協議会だより
- 3～5 …… 地域の話・お知らせ
- 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(10月～12月)

- 10月19～27日 秋のばらまつり(音楽村)
26～27日 梔子マルシェ(梔子ワイナリー)
- 11月 3日 第60回記念丸子地域駅伝大会
7～10日 第38回丸子四季の里総合文化祭
9日 つゆくさ秋市
10日 第7回鹿教湯温泉
しあわせポール de アクティブウォーキングフェスタ
- 13日 第8回丸子地域協議会
- 16日 第33回丸子地域消費生活展
- 16日 ポール de アクティブウォーキング体験会
(リバーフロント市民の広場)
- 23日 第36回丸子地域サッカー大会
- 24日 リサイクルブックフェア(丸子図書館)
- 12月 5日 第47回ふれあい・人権の集い2019

お気に入りの本が 見つかったよ!

9月18日：長瀬保育園

車体にかわいいイラストが描かれた移動図書館あおぞら号が園に到着すると、園児たちは元気な声で図書館職員にあいさつをし、自分が読みたい本を探します。

長瀬保育園では3歳から5歳までの43名があおぞら号を利用しています。園文庫にはないジャンルの本が借りられるので、2週間おきに巡回するあおぞら号をとっても楽しみにしています。

※移動図書館の巡回日程は6ページの『図書館だより』をご覧ください。



令和元年/2019 10.16 発行

第71号

丸子地域協議会だより

市民協働によるまちづくり

●第4回 丸子地域協議会開催（7月24日）

令和元年度わがまち魅力アップ応援事業（第2回募集分）の選考審査が行われました。

その後、丸子ベルパークの遊具新設と長瀬西組児童公園の遊具更新、上田市議会の「出前議会報告会」について報告がありました。

また、各分科会からは検討状況などについて報告がありました。



「上田市公文書館」視察の様子

令和元年度わがまち魅力アップ応援事業（第2回募集分）新規採択事業

団体名	腰越村記録の会	内 容	腰越の歴史は丸子地域の村や町のおこりを知るうえで貴重なものであるため、地域住民に腰越の歴史について学んでもらい、学習したことを冊子にまとめ記録として残し後世に伝えていく。 また、事業で作製した冊子を使った読書会や、マップ・看板を使った史跡巡りのウォーキングを開催し、地域外からの参加者と住民との交流をはかる。
事業名	腰越ふしぎ発見探検隊		

●第5回 丸子地域協議会開催（8月28日）

梶子ワイナリーの視察が行われました。



●第6回 丸子地域協議会開催（9月26日）

上田市公文書館の視察が行われました。

帰宅後は、地域協議会の見直しについて協議が行われ、千曲バスからの路線廃止・減便の申し入れについて報告がありました。



まりんご号で行ってみよう!

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。まりんご号に乗って、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

丸子老人福祉センター



「たんぽぽ」には無料のお風呂や集会スペースがあり、たくさんの団体が登録して囲碁やカラオケ、音楽、芸術活動などを楽しんでいます。まりんご号でたんぽぽへ通い、広いお風呂でゆっくりしたり、団体に参加して趣味や生涯学習の場には利用してはいかがでしょうか。

- 利用できる方……市内にお住まいで60歳以上の方
- 利用料………無料
- 休館日………日曜日/年末年始/お盆期間
- 開館時間………午前9時～午後4時30分

- 「たんぽぽ」の利用について
丸子老人福祉センター/☎42-5122 有線2-1572
- まりんご号の利用について
丸子地域自治センター 建設課/☎268-42-1036



上手に乗ると
ベルシティでの通院や
買い物と一緒に利用する
こともできます。

ア ク セ ス					
各方面からの着時刻と各方面への出発時刻を示しています。					
月・水・金			火・木・土		
乗車地方面	着・発時刻	行先方面	乗車地方面	着・発時刻	行先方面
丸子中央病院 ⇒	8:37	⇒長瀬・塩川	丸子・腰越・依田 ⇒	9:42	⇒中央病院前止り
長瀬・塩川 ⇒	9:06	⇒丸子・腰越・依田 腰越・依田方面は中央病院前で乗継	丸子中央病院 ⇒	10:12	⇒長瀬・塩川
丸子・腰越・依田 ⇒	11:02	⇒中央病院前止り	長瀬・塩川 ⇒	10:41	⇒丸子・腰越・依田 腰越・依田方面は中央病院前で乗継
丸子中央病院 ⇒	11:32	⇒長瀬・塩川	丸子・腰越・依田 ⇒	12:32	⇒中央病院前止り
長瀬・塩川 ⇒	12:01	⇒丸子・中央病院前止り	丸子中央病院 ⇒	13:37	⇒長瀬・塩川
丸子・腰越・依田 ⇒	14:27	⇒中央病院前止り	長瀬・塩川 ⇒	14:06	⇒丸子・腰越・依田 腰越・依田方面は中央病院前で乗継
丸子中央病院 ⇒	14:57	⇒長瀬・塩川	丸子・腰越・依田 ⇒	15:57	⇒中央病院前止り
長瀬・塩川 ⇒	15:26	⇒丸子・腰越・依田 腰越・依田方面は中央病院前で乗継	丸子中央病院 ⇒	16:27	⇒長瀬・塩川
丸子・腰越・依田 ⇒	17:22	⇒中央病院前止り	長瀬・塩川 ⇒	16:56	⇒丸子・中央病院前止り

★赤字は西便 ★最寄のバス停の出発、到着時刻は時刻表で確認してください。

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/chiiikizukuri/kyogikai/maruko/index.html>

☎ 地域協議会事務局 (地域振興課内) 電話42-1011/有線24510



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。

【高次脳機能障がい】

病気や交通事故などで脳の一部が損傷を受けると、その損傷部位に応じて特定の症状が出ます。これらの症状のうち、身体のまひや視聴覚の障がいとは別に、思考・記憶・行為・言語・注意などの脳機能に障がい起きた状態を、高次脳機能障がいといいます。

主な特徴としては、注意力や記憶力の低下、行動に対して自分で計画してやり終えることが困難であったり、感情を状況に合わせてコントロールできなくなったりし

ます。物事の優先順位をつけられない、会話はスムーズにできるけれど実際に行動する際に「おや？」と思うほど簡単なことができない方もいます。

サポートするときは、一呼吸置くなどして気持ちにゆとりを持って接します。相手の態度に余裕がない場合は、本人にとってプレッシャーになるばかりでなく、コミュニケーションの意欲を失わせる要因となり、自分から行動が起こせないこともあります。口頭だけでなく要点を紙などに示すとわかりやすく、安心につながるのとともに本人が後で確認することもできて便利です。

☎ 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

No13



奉仕活動の様子



東内地区「下和子長寿会」
 下和子長寿会は、今から63年前の昭和31年5月に下和子地域の概ね60歳以上の方を対象に当初13名の会員で組織化されました。
 現在の会員数は57名で、発足当初から地域内の道路清掃などを行って来ます。また、年間4回の社会奉仕活動として、地域内にある小玉川神社の清掃、公民館や信号機付近の草刈りなども行い、介護保険学習会・郷土料理講習会・高齢者安全教室の開催やシルバースポーツ大会、冬季スポーツ交流会などにも積極的に参加をしています。



小玉川神社の清掃などを実施してきた功労が認められ、令和元年度の長野県神社庁上下支部・神社総代会上小支会連合大会特別功労者表彰を受賞されました。

いきいきと活動しながら
 地域で支え合う社会へ
 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9月1日現在、丸子地域の高齢化率は33・60%（先月比+0・09%）



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

祝

シャトー・メルシャン 『^{まり} ^こ 椀子ワイナリー』

9月21日(土)オープン!



9月21日(土)、上田市初のワイナリー「シャトー・メルシャン 椀子ワイナリー」がオープンしました。ワイナリーは2階建てで、1階はワインの醸造エリアとなっています。ホールからはガラス越しにこれらを見学することができます。2階はワインと地元食材を使ったおつまみを楽しめるテイastingエリアと、約30種類のワインやオリジナルグッズを販売するスペースなどがあります。

9月23日までは、オープニングイベントとして、長野県在住・在勤の方にワインが1杯無料でプレゼントされました。また、信州丸子太鼓「鼓城」の演奏やワイナリーツアーも開催され、3日間で約4,000人の来場者がありました。

バスツアーで参加した東京在住の女性は「この日を楽しみにしていました」と、2階のテラス席で眼下に広がるブドウ畑を眺めながらワインを楽しんでいました。



ワインを楽しむ来場者

防災

上田市防災訓練

消火栓取扱い訓練



自分の命は自分で守る!
自分たちの地域は自分たちで守る!

8月31日(土)、西内小学校を会場に丸子地域の防災訓練が行われました。

内村地区の皆さんをはじめ大勢の方が屋内外での様々な訓練に参加されました。



AED使用訓練

開館

上田市公文書館 開館



8月29日開館式

9月1日(日)、「上田市公文書館」が上田市立丸子郷土博物館に併設して開館しました。

公文書館は、歴史資料として重要な公文書を収集・整理・保存し、市民共通の財産として後世に伝えるとともに、広く市民の皆さんに利用していただくことを目的としています。

収蔵資料の中から特色のあるものをロビーにて展示もしていますので、丸子郷土博物館の資料も含め、見学されてみてはいかがでしょうか。

※丸子郷土博物館展示室の観覧は有料

梔子マルシェ

ブドウ畑を眺めながら
ピクニック

地元食材を使ったおいしい料理とワインを青空のもとで楽しみませんか。キッズコーナーもありますので、ご家族で楽しんでいただけます。

日時 10月26日(土)、27日(日)
10:00～16:30
(ラストオーダー 16:00)

場所 シャトー・メルシャン
梔子ワイナリー

- 内容**
- キッチンカー & テントで地元の絶品フードの提供〔有料〕
(地元のチーズやソーセージ、スイーツのお店が出店)
 - 信州丸子太鼓の演奏 & 体験
 - キッズコーナー
 - 長野県在住・在勤の方へ
ワイン1杯
無料プレゼント



お問い合わせ

シャトー・メルシャン
梔子ワイナリー
TEL 75-8790



ワイナリーツアーの様子



ワインショップ前の様子



Château Mercian
シャトー・メルシャン 梔子ワイナリー
Château Mercian Mariko Winery

体験

ポールdeアクティブウォーキング体験会
IN リバーフロント市民の広場



雨天中止

ポールdeアクティブウォーキングの体験会を開催します。ゴムチップで舗装された足腰に優しいウォーキングロードで爽やかな汗を流しませんか。

- 日時 / 11月16日(土) 午前9時30分～ (受付9時～)
- 場所 / リバーフロント市民の広場 (丸子総合グラウンド奥)
- 内容 / ポールを使ったウォーキング
- 講師 / 井出翔太氏 (斎藤ホテル健康運動指導士)
- 定員 / 先着30名 (参加費無料)
- 持ち物 / タオル、飲み物、動きやすい服装、ポール(貸出用あり)
- 申し込み / 10月29日(火)～11月12日(火)に、電話で下記へ。

健康づくりチャレンジポイントの対象です。

☎ 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42-1041 / 有線24510

開催

第33回
丸子地域消費生活展

が開催されます

【テーマ】「守ろう 地球環境」

～私ができること・ゴミ減量と分別～



環境や消費に関する問題について、地域で活動する各団体の展示発表や物販・パサー等を行います。また当日は、地元で生産された「風さやか」のおにぎりの無料配布等もありますので、大勢の皆様の御来場をお待ちしております。

- 日時 / 11月16日(土) 午前9時45分～午後2時30分
- 会場 / 丸子文化会館 (小ホールほか)

☎ 市民サービス課(生活環境担当) 電話42-1054 / 有線24490



～知りたい、学びたい、楽しみたいを応援します～



「図書館で本を借りたいけれど行かない」、そんな方は…

移動図書館「あおぞら号」をご利用ください

[巡回予定表] 2019年10月～2020年3月

コース	東西 内内	東内・西内保育園 三才山病院 ベルポートまるこ	腰越 依田	中丸子 下丸子 長瀬	依田・長瀬保育園		塩川 藤原田 依田茂沢
					武石Aコース	武石Bコース	
	(火)	(水)	(木)	(火)	(水)	(水)	(木)
巡回日	10月 8日・22日	10月 9日・23日	10月10日・24日	10月1日・15日・29日	10月 2日・30日	10月16日	10月3日・17日・31日
	11月 5日・19日	11月 6日・20日	11月 7日・21日	11月12日・26日	11月27日	11月13日	11月14日・28日
	12月 3日・17日	12月 4日・18日	12月 5日・19日	12月10日		12月11日	12月12日
	1月21日	1月22日	1月23日	1月14日・28日	1月15日	1月29日	1月16日・30日
	2月 4日・18日	2月 5日・19日	2月6日・20日	2月11日・25日	2月12日	2月26日	2月13日・27日
	3月 3日・17日	3月 4日・18日	3月5日・19日	3月10日・24日	3月11日	3月25日	3月12日・26日

……………【利用にあたって】……………

- 貸出場所・時間などの詳細は、丸子図書館までお問い合わせください。
- 貸出には利用登録が必要です。既に登録されている方は利用者カードをご持参ください。登録されていない方は、健康保険証などの身分証明書をご持参ください。その場で登録が可能です。
- 1人10冊まで、4週間借りることができます。



あおぞら号の情報は上QRコードにて確認できます。



◆ お知らせコーナー これからのイベント予定 ◆

● ライブラリーコンサート

日時 / 11月14日(木) 19時開演
 出演 / 鶴木絵里(ソプラノ)、多田聡子(ピアノ)
 定員 / 70名程度
 申込 / 電話、または直接窓口へ



● リサイクルブックフェア

日時 / 11月24日(日)
 10時から
 会場 / 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

10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		

11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

12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				

第57回 信州上田 丸子夏期大学が開講されました

昭和38年から始まった、歴史ある「信州上田 丸子夏期大学」が、今年も8月22日から9月19日までの日程で開講されました。

歴史や文化、自然、産業など、さまざまな魅力を掘り起こし、郷土への愛着や誇りをさらに高めながら、生涯を通じて学び豊かな心を育むことを目的に、各分野の専門家をお招きして5回の講演が開催されました。



9月3日(火) 安田純平さん



8月27日(火) 手嶋龍一さん

今年のメインテーマである「ふれあい共に生きる～輝く地域をめざして～」にちなみ、藤山浩さん(一般社団法人 持続可能な地域社会総合研究所 所長)、手嶋龍一さん(外交ジャーナリスト 作家)、安田純平さん(ジャーナリスト)、渡貫淳子さん(南極調理隊員)、大竹憲昭さん(長野県埋蔵文化財センター調査指導員)に、それぞれ専門的視点から御講演いただき、延べ1,122人の方が聴講されました。

☎ 丸子公民館 電話42-3147 / 有線24722

第47回 ふれあい・人権の集い2019開催

「行列のできる法律相談所」や「スッキリ」でおなじみ

菊地幸夫弁護士がやってくる!

入場
無料

要約筆記(UDトーク)あります。

●開催日 12月5日(木)

●開催場所 丸子文化会館
セレスホール



弁護士(第二東京弁護士会)。番町法律事務所。
中央大学法学部卒業。元司法研修所刑事弁護教官。
現在、社会福祉法人練馬区社会福祉事業団理事も務める。弁護士業務の傍ら体力作りにも勤しみ、各地のトライアスロン大会へも出場。地元小学生のバレーボールチームの監督等も務めている。テレビや講演会など多方面で活躍されている。

実際にあった弁護士現場のお話を聞きながら、いつわが身に起こるかわからない身近な法律問題について学んでみませんか。知らずに人権侵害、誰でも被害者、加害者にもなり得る人権問題について考えましょう。

〈開会〉 午後6時15分(開場6時)
オープニングセレモニー
フラダンス / “ポラニながせ”と丸子福祉会の皆さん

〈第1部〉 人権作品発表 午後6時30分

〈第2部〉 人権講演会 午後7時～8時30分

演題 / 「出会いの人生から学んだこと」
～守っていききたい私たちの人権～

講師 / 菊地 幸夫氏 (弁護士)



☎ 丸子地域教育事務所 人権教育係 電話42-6682 / 有線24802

休日集団特定健診のご案内



特定健診は生活習慣病を予防するための大切な健診です。
上田市では「かかりつけ医がない」「平日忙しくて受診できない」といった方を対象とした休日集団健診を実施します。
丸子地域では12月に実施しますので、これを機会に年に一度の健診を習慣にしていきたいと思います。

- 日時 / 12月1日(日) 午前中
- 場所 / 丸子保健センター
- 対象者

- ・特定健康診査…上田市国民健康保険に加入されている40歳から74歳までの方
- ・若年健康診査…30歳から39歳の上田市民の方
(職場等で同等の健診を受診できる場合はそちらを優先してください。2019年度内に人間ドックを受診予定の方、妊娠中の方は対象外となります。)



- 申し込み 11月1日(金)までに電話で
※対象者には9月中旬にご案内が郵送されています。一次締め切りは10月4日と記載されていますが、**丸子地域集団健診は11月1日まで電話で申し込みが可能です。**

- その他
詳しい時間帯や持ち物等については、申込みをしていただいた方に後日改めてお知らせします。

☎ 丸子保健センター 電話42-1117 / 有線24544

クアハウスかけゆ

イベント情報

●こども水泳アドバイス (水なれからクロール・背泳ぎコース)

対象 / 小学生

開催日時 / 10月27日(日)・11月17日(日)・12月15日(日)
午前10時30分から11時30分

定員 / 10名程度 ※入館料(500円) 大人付き添い入館100円



☎ 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

地域づくりに関する
提案をお寄せください。

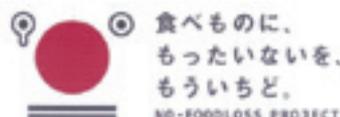
地域の素晴らしい風景(残したい風景)や
話題の写真をお寄せください。

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

【食品ロスをなくすために！】

賞味期限と消費期限の違いを
理解しよう!!



丸子地域
で3回目
の開催

古着を回収 します



丸子地域の「ゴミ減量アドバイザー」が
主体となり、古着類の回収を実施します。

- 日時 / 10月26日(土) 午前10時～正午
- 場所 / 丸子地域自治センター(正面玄関前)

【回収できるもの】

- 一般家庭の衣類(洗濯済みできれいな物)
スーツ、ジャケット、制服、作業服、
ジャンパー、セーター、コート、ズボン
類、シャツ、シーツ、毛布、タオル、子
供服など(化学繊維素材OK)
- 靴(1足ずつ袋へ入れるか一足をひもで縛る)
バック、ぬいぐるみも持込可

※透明のビニール袋に入れてお持ちください。

【注意】お持ちいただいても回収できないもの
もあります。詳しい内容は、10月
1日付の各自治会を通じてお知らせ
した回覧をご覧ください。

☎ 市民サービス課(生活環境担当)
電話42-1054 / 有線24490

絆をつなげ! 第60回記念 丸子地域駅伝大会



11月3日(日) 10時スタート!!

丸子地域駅伝大会が開催されます! 懸命
に走る選手の皆さんに応援をお願いします。
詳しい内容は丸子総合体育館へお問い合わせ
ください。

☎ 丸子総合体育館 電話43-2250 / 有線24611

紅葉観賞に お出掛けください

山々が赤や黄色に色づき、美しい紅葉の
季節を迎えます。眺めのよい自治センター
4階講堂で一息つきませんか。

- 日時 / 11月1日(金)～8日(金)
※土日・祝日は除きます
午前9時～午後4時

なお、緊急の会議等により一般開放がで
きないことがあります。詳しくは地域振興
課へお問い合わせください。

☎ 地域振興課 電話42-1011 / 有線24510