

広報

うえだ

平成18年/2006
No. 1432 2.1

CONTENTS

主な内容

- 障害者制度の利用負担が変更になる P.4
- 福祉医療費給付金の制度改正 P.6
- 上田とところどころ P.10
- 四つ葉のスケッチ P.12
- お知らせ P.16
- 保健ガイド P.22





表紙のことは

晴天に恵まれた1月15日(日)、現在の上田市としては最後の消防出初式が行われました。

旧第一中学校敷地に集まった消防団員、消防職員、婦人消防隊、日赤奉仕団や市民など多くの人が見守る中、ラッパや火消し太鼓、纏(まとい)の振り初めなどの伝統芸能が披露されました。はしご乗りの演技では、先端までのぼり詰めた団員が見事に技を決めると、見上げる人からは歓声が上がりました(表紙写真の技は「横大の字」)。また、海野町では幼年消防クラブの防火宣言も行われ、火の始末の大切さを大人も子どもも改めて確認する一日になりました。

2.1

如月

ささらぎ

急病のときは

救急情報ネットワークシステム

消防本部/☎26-0119

南部消防署/☎38-0119

受診できる医療機関を教えます(24時間対応)

人のうごき (1月1日現在)

	人口	122,035人(+ 15)
	男	59,735人(- 6)
	女	62,300人(+ 21)
	世帯数	46,819戸(+ 28)
	外国人登録者数	5,392人(+ 23)
	男	2,687人(- 10)
	女	2,705人(+ 33)

※()内は前月比

2月8日～22日 行事・イベントカレンダー

2

8(水)

9(木)

10(金) ふるさとコール信州上田地域合同企業ガイダンス▶p.18

11(土) ウィークエンドリサイクル(10:00～12:00/西友秋和店・西友三好町店)
音楽村バレンタインコンサート(丸子町)▶p.13

12(日) 街なか「健康の駅」イベント▶p.22

13(月) ひきこもり相談会▶p.22

14(火) 童謡唱歌を楽しむ会▶p.19
文化創造祭(14・17～19日)▶p.19

15(水) エコハウス「わくわく講座」▶p.18

16(木) 非常勤職員「保育士」募集▶p.17
エコハウス「わくわく講座」▶p.18

17(金) 上小地域水墨画展▶p.20
山本鼎版画大賞展覧会▶p.19
地域材くらふとフェア上小2006▶p.13

18(土) モーターの力で走るプロペラカーを作ろう▶p.20
ファミリーパソコン教室▶p.20
ウィークエンドリサイクル(10:00～12:00/やおふく古里店・Aコープコア塩田店)
粗大ごみの回収(10:00～12:00/クリーンセンター駐車場)
くつろぎ祭り▶p.23
デジタルカメラ講座写真加工編▶p.20
信州に花開いた多彩な音楽文化▶p.20
長野病院 第5回市民公開講座▶p.22
昔ばなし語りの会▶p.20

19(日)

20(月) ママのためのパソコン「名前シール編」▶p.20
エコハウス「わくわく講座」▶p.18
「生涯学習上田自由塾」講師募集締め切り▶p.16

21(火)

22(水)

●上田ロケ映画 ただいま上映中●

映画「博士の愛した数式」

ロケ地 市営球場、千曲川河川敷グラウンド、浦里郵便局、市内スーパーほか
出演者 寺尾 聰、深津絵里ほか
上映開始 1月21日(土)～
上映館 上田でんき館I、全国の松竹・東急系映画館

訂正とお詫び 1月1日号7ページ「防災とボランティア週間」の問合せ先に誤りがありました。正しくは「総務課 ☎23・5332」です。訂正しお詫びします。





おめでとう 成人

主催 上田市教育委員会



20歳の門出を祝う

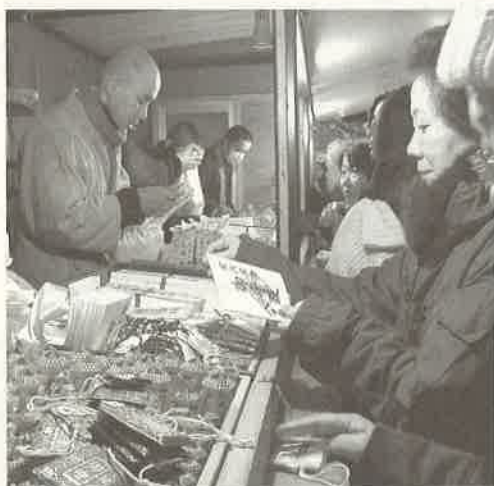
1月8日(日)

8日(日)、市内4会場で成人式が行われました。今年、成人を迎えた市内の若者は1355人。久しぶりに再会した仲間と話す人や、留学生の姿もありました。今年の新成人は、昭和60年4月2日から昭和61年4月1日までに生まれた人。いよいよ昭和60年代の若者が大人の仲間入りです。

第四中学校生徒訪問 1月10日(火)



茨城県つくば市で開催される「創造アイデアロボットコンテスト全国中学生大会」へ出場する瀧本洋喜さん、一之瀬郁弥さん、細川律也さん、竹腰悠吾さんと、京都で行われる都道府県対抗女子駅伝の選手に選ばれた齋藤晴香さん(左)の5人が市役所を訪問し、抱負を語りました。



八日堂縁日

1月7日(土)・8日(日)

蘇民将来符を求める多くの人でにぎわった恒例の八日堂縁日。皆さんは今年、どんな願いを込めましたか？

あなたの利用者負担はこうなります(福祉サービス) 4月～

居宅系サービスと施設系サービスを利用されている方の利用者負担額が、4月から原則1割の定率負担となります。

ただし、様々な減免制度で利用者の負担軽減を図ります。

サービスについての費用

負担能力に応じて限度額を設定した上で、利用者の1割負担を基本とし、国民全体で制度を支えることとしますが、併せてきめ細やかな軽減措置を講じます。

食費・光熱水費

実費全額の自己負担を原則としますが、各種の軽減措置を講じます。

施設に入所している場合
(20歳以上)

グループホームを利用している場合

通所サービスを使う場合

ホームヘルプサービスを使う場合

施設に入所している場合
(20歳未満)

①原則は1割負担ですが、どの方でも負担が増え過ぎないように、上限額を設定するとともに、所得の低い方にはより低い上限を設定します。

負担には月額上限額が設定されます



- 一般…市町村民税課税世帯
- 低所得2…市町村民税非課税世帯(世帯3人世帯であれば、障害基礎年金1級を含めて概ね300万円以下の年収の方)
- 低所得1…市町村民税非課税世帯で障害者の収入が年収80万円(障害基礎年金2級相当額)以下の方

☆所得を判断する「世帯」の範囲について
原則は同じ世帯に属する方の状況で判断しますが、あなたが税制と医療保険で「被扶養者」でなければ、あなたと配偶者の収入とすることもできます。

さらに

【高額障害者福祉サービス費】

②同じ世帯で他にも障害福祉サービス、介護保険のサービスを受けている方がいれば、その合算額が①を超えないように負担額を軽減します。

さらに

【個別減免】

③さらに、収入に応じて個別に減免します(資産が350万円以下の方)。

- ・収入が6.6万円までなら負担は0円です。
- ・収入が6.6万円を超えても、超えた収入の半分を上限額とします。
- ・さらに、6.6万円を超えた収入が年金や工賃等の収入であれば、超えた分の15%を上限額とします(グループホーム入居の方)。

【社会福祉法人減免】

④さらに、社会福祉法人の提供するサービスを受ける場合には、①の上限額を半額にします(資産が350万円以下の方等)。

- 低所得1: 15,000円 → 7,500円
- 低所得2: 24,600円 → 12,300円
- ※通所サービスを利用する場合、24,600円 → 7,500円
- ※社会福祉法人が、減免を行うための届け出を県に行った場合のみ、利用者負担額の減免が適用されます。

さらに

⑤さらに、利用者負担を行うことにより生活保護世帯に該当する場合は、生活保護に該当しなくなるまで負担額を引き下げます。

⑥収入が低い場合は……

サービスの利用者負担と食費等実費負担をしても、少なくとも2.5万円が手元に残るよう、実費負担額の上限額を設定します。

※従前からグループホームでの食費等は自己負担していただいておりますが、通所サービスを利用された場合は、⑦の減額措置が適用されます。

⑦あなたの世帯の所得が低い場合は……

食費負担額を3分の1程度に減額します(月22日利用の場合5,100円程度の負担)。

⑧保護者の方の収入に応じて……

地域で子どもを養育する世帯において通常かかる程度の負担となるよう、実費負担額の上限額を設定します。

利用者負担額

障害者自立支援法の施行により平成18年4月から 障害者制度（自立支援医療・福祉サービス）の 利用者負担が変わります

福祉課 ☎ 23・5130

1月16日号の広報でもお知らせしたとおり、いままで障害者制度は障害種別ごとに異なった制度でしたが、4月から身体障害者・知的障害者・精神障害者の3障害の福祉サービスを一元化した障害者自立支援法が始まります。

それに伴い、更生医療・精神通院医療・育成医療制度を利用されている方と、身体障害者・知的障害者・精神障害者制度で居宅系サービスと施設系サービスを利用されている方の、利用者負担額が変更されます（なお、利用者負担額等は今後変更になる可能性もあります）。

自立支援医療(更生医療・精神通院医療・育成医療) 利用者負担 4月～

平成18年4月から、市で申請の受付を行っている更生医療(市)や精神通院医療公費負担制度(県)は、県保健所で申請受付を行っている育成医療(県)とともに利用者負担が見直され、自立支援医療制度に再編されます。

利用者負担額は、原則として医療保険の負担上限額まで定率1割負担となりますが、所得水準等に応じて上限額があります。

また、一定所得以上に該当する方は、自立支援医療の対象とならない場合があります。

負担上限額を決める際は世帯の所得を基にしますが、この世帯の範囲は、原則として医療保険単位(異なる医療保険に加入する家族は別の世帯として扱う)となります。

自立支援医療の月額負担上限表

所得区分			月額負担上限	
生活保護世帯 生保			0円	
市民税非課税世帯Ⅰ 低1	本人または障害児の保護者の収入が80万円以下の人		2,500円	
市民税非課税世帯Ⅱ 低2	本人または障害児の保護者の収入が80万円を超える人		5,000円	
保険料を納付している医療保険の方	市民税(所得割) 2万円未満 中間1	育成医療以外の人	健康保険の自己負担限度額	※〔5,000円〕
		育成医療の経過措置	10,000円	
	市民税(所得割) 20万円未満 中間2	育成医療以外の人	健康保険の自己負担限度額	※〔10,000円〕
		育成医療の経過措置	40,200円	
	市民税(所得割) 20万円以上 一定以上		公費負担対象外	※〔20,000円〕

※〔 〕内は重度かつ継続の対象の人で次の方が対象になります

- ①精神通院医療…… 統合失調症、躁うつ病・うつ病、てんかん、認知症等の脳機能障害、薬物関連障害(依存症等)、3年以上の精神医療の経験を有する医師によって、集中的・継続的な通院医療を要すると判断された方
- ②更生・育成医療…… 腎臓機能・小腸機能・免疫機能障害
- ③医療保険の高額療養費で多数該当の方

備考

*入院時の食費(標準負担額、日額780円)は、自己負担となります。

*生活保護への移行防止装置 生活保護の適用対象でなくなるまで月額上限額を減額します。

5,000円→2,500円→0円→食費負担0円

*上田市の国民健康保険加入者で老人保健適用外の方は、精神通院医療の定率負担分も全額補助になります。

福祉医療費給付金の 制度改正について

福祉課
医療給付係
☎ 22・4100
(内線 1609)
有線 2-0791

上田市には老人、乳幼児、障害者、母子家庭・父子家庭の皆さんの医療費負担を軽減するために福祉医療費給付金の制度があります。

平成15年7月受診分から長野県下一斉の福祉医療制度改正が行われましたが、上田市はこれにあわせた改正はしないで、ここまで従前の制度を持続してまいりました。

しかし、最近の医療費の動向や、地方自治体を取り巻く財政状況の変化等も考慮しながら、合併時の平成18年3月6日から所得制限を設けるなど、県に近いものにして、上田市域4市町村が統一の制度となります。ただし、合併前の平成18年3月5日以前に資格を取得している方は、次回更新時の平成18年7月31日まで、現在の制度が引き続いて適用されます。

主な改正点は次のとおりです。

- ① 全ての対象者に所得制限が適用され、次頁「別表」の所得制限額を超える所得のある方については給付対象外となります。
- ② 入院時の食事代助成は廃止されます。
- ③ 障害者の内、一部対象が廃止され、次の方が拡大されます。

※精神障害者保健福祉手帳2級をお持ちの方で、別表に該当される方は、あらたに3月6日から資格がうけられますので、事前に「受給資格認定申請書」提出の手続きが必要となります。

福祉医療給付金制度を長く続けるために内容を一部改正させていただきますが、ご理解くださいますようお願い申し上げます。
詳細につきましては、上田市福祉課医療給付係にお尋ねください。



福祉医療給付金受給対象者

下記の要件と所得制限額両方に該当した場合に
受給対象となります

【別表】

対 象 者	要 件	所 得 制 限		
① 老 人	67 歳以上 70 歳未満	市町村民税非課税世帯に属する者		
② 乳 幼 児	出生から小学校就学 前まで	保護者の所得限度額（児童手当準拠）（単位：円）		
		扶養親族等 の数	本 則 （国民年金等加入者）	特例給付 （厚生年金等加入者）
		0 人	3,010,000	4,600,000
		1 人	3,390,000	4,980,000
		2 人	3,770,000	5,360,000
		3 人	4,150,000	5,740,000
		4 人	4,530,000	6,120,000
③ 障 害 者	・身体障害者手帳 1 級・ 2 級・3 級（本人は所 得税非課税者） ・療育手帳 A1・A2・B1・B2 ・65 歳以上国民年金法 施行令別表該当者	所得限度額（特別障害者手当準拠）（単位：円）		
		扶養親族等 の数	本人所得額	配偶者・扶養義 務者等の所得額
		0 人	3,604,000	6,287,000
		1 人	3,984,000	6,536,000
		2 人	4,364,000	6,749,000
		3 人	4,744,000	6,962,000
		4 人	5,124,000	7,175,000
④ 母子家庭 父子家庭	・配偶者のない、女子または男 子で、現に 18 歳未満（20 歳 未満高等学校等卒業まで）の 児童を扶養している者 ・同上に扶養されている 18 歳未満（20 歳未満高等学 校等卒業まで）の児童 ・父母のいない 18 歳未満 （20 歳未満高等学校等卒 業まで）の児童	所得限度額（児童扶養手当準拠）（単位：円）		
		扶養親族等 の数	本人所得額	扶養義務者等 の所得額
		0 人	1,920,000	2,360,000
		1 人	2,300,000	2,740,000
		2 人	2,680,000	3,120,000
		3 人	3,060,000	3,500,000
		4 人	3,440,000	3,880,000
④ 母子家庭 父子家庭	精神障害者保健福祉手帳 1 級・2 級	5 人	3,820,000	4,260,000
		市町村民税非課税世帯に属する者		

市政の重要な柱

「3つのプロジェクト」は新市へ引き継ぎ

～循環型社会 健康づくり 少子化・青少年健全育成～

市では3つのプロジェクトを市政の重要な柱として事業を進めてきました。ここでは、3年間の状況や今後の取組を紹介いたします。プロジェクトから生まれた特色ある事業は、新市に引き継ぎ、丸子町、真田町、武石村の施策も取り入れながら、さらに向上させていきます。

循環型社会形成プロジェクト

生活環境課 ☎23・5120

●事業系紙ごみの資源化を進める

事業系一般廃棄物は事業所の責任で処理する原則から、民間での再資源化処理システムを拡大するため、昨年12月から事業所から出る資源になる紙類の上田クリーンセンターへの搬入規制を始めました。

●生ごみの堆肥化を進める

市民と行政との協働による生ごみ処理方法の家庭への普及、公共施設での生ごみ処理のための装置設置や、民間活力による堆肥化の推進などの事業を進めます。

●地域循環プロジェクト

平成16年度から行っている農地への還元を目的とした「浄水場で発生する泥土の改良土化事業」は、「農業集落排水処理場発生泥土の肥料化事業」を含め、新たに有効性実証試験などを行いました。この事業は、

産学官が協力して、利用方法や作物育成試験などの有効性を実証するため、今後継続します。

また、改良土や肥料の普及と農地での活用方法も考えます。



健康増進プロジェクト

健康推進課 ☎23・8244

●毎月21日は市民健康づくりの日

昨年度から始まった事業を今年度もより多くの方が参加できるように、七夕まちかど歯科健診を海野町で行うなど充実してきました。来年度もさらに内容を充実します。

●健康づくりの歌と体操の普及

上田女子短期大学の協力を得て健康づくりの歌と体操を創作しました。今後は下肢が弱い高齢者や

障害のある方が、座ったまま行える体操を創作します。

●ウォーキングで健康づくり

昨年10月、みすず台南自治会の協力で「ふれあいウォーキング」を行いました。来年度も新しい自治会を支援します。



みすず台南自治会
「ふれあいウォーキング」



ヘルスプロモーション事業の
「インターバルウォーキング」の
結果報告会

●ヘルスプロモーション事業

科学的根拠に基づいた健康づくりモデル事業を行い、3か月で筋力アップや血圧・血液検査などの結果が改善され、かなりの成果が出ました。来年度は対象者を拡大します。

少子化・青少年健全育成プロジェクト

子ども教育課 ☎23・5101

●子どもの居場所づくり

市内6公民館が地域の特色を生かして、校庭や公民館などを利用し、放課後・休日などでの文化活動・体育活動として、地元のボランティアに協力いただき、地域子ども教室事業を行いました。子どもたちは生き生きと積極的に取り組み、地域とのコミュニケーションが図られ、安心して過ごせる居場所づくり事業が定着してきました。

●地域での子育て力の育成

市と子育てサークル団体により、清明こども館を利用した開放型子育て広場「清明おやこぶらさ」を、昨年からは平日(午前10時～正午)に行っています。曜日・天候・場所などを気にせずにご利用できる広場で、利用者数も増えています。清明小学校の敷地内にあります。訪れてみてはいかがでしょうか。



「地域子ども教室」での囲碁将棋教室
(川西わくわくプラザ)

地域子ども教室…東小のんびり教室、西部・塩尻げんき教室、城南子どものくらし塾、上野が丘ガックラブ、塩田子ども教室、川西わくわくプラザ

水道事業 公共下水道事業 農業集落排水事業

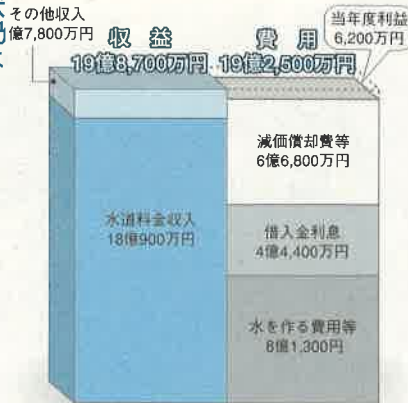
決算のあらまし

■問合せ
上下水道局
☎ 22-4100
☎ 1853・1870

平成16年度の水道事業、公共下水道事業、農業集落排水事業の決算は、平成17年12月議会で認定されましたので、お知らせします。

水道事業会計

1 収益的収支（損益計算書）は…



2 経営の状況は…

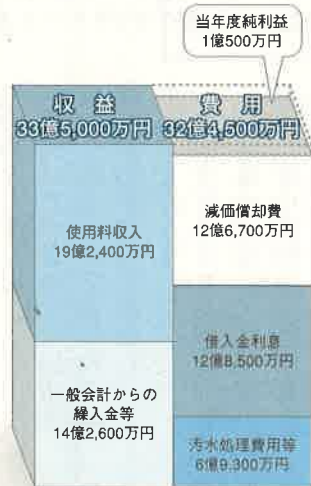
- 収益: 前年比2800万円 14%増
・料金収入が15%増加しました。
- 費用: 前年比9100万円 45%減
・企業債支払利息が54%減少しました。
- 当年度純利益（＝収益－費用）は6200万円となり、平成9年度決算以来7年ぶりに黒字となりました。

3 借入金金は…

- ・平成16年度に、借入金（企業債）は5億7400万円を返済しました。
- ・年度末の残高は、105億9500万円です。

公共下水道事業会計

1 収益的収支（損益計算書）は…



2 経営の状況は…

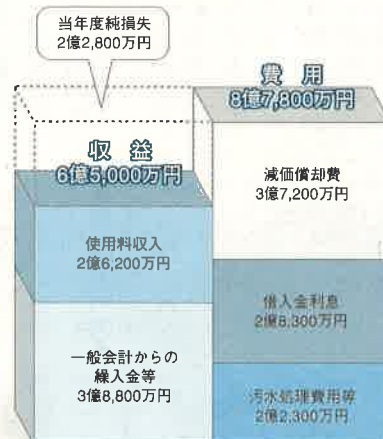
- 収益: 前年比3億6400万円 12.2%増
・使用料収入は、水洗化が進み10.5%増加しました。
- 費用: 前年比2億700万円 6.8%増
・減価償却費は、17.4%増加しました。
- 当年度純利益は1億500万円、平成13年度の公営企業化以降初めて黒字になりました。

3 借入金金は…

- ・平成16年度に借入金（企業債）を18億5900万円返済しました。
- ・年度末の残高は、504億3400万円です。
- 4 一般会計からの繰入金金は…
・事業全体で18億円となり、14.6%増加しました。

農業集落排水事業会計

1 収益的収支（損益計算書）は…



2 経営の状況は…

- 収益: 前年比3600万円 5.9%増
・使用料収入は、水洗化が進み10.7%増加しました。
- 費用: 前年比5600万円 6.8%増
・汚水の処理費用は、11.9%増加しました。
- ・減価償却費は、13.9%増加しました。
- 当年度純損失は2億2800万円となりました。
- 今後施設の維持管理の効率化をさらに進め、汚泥削減の取組み（地域循環プロジェクト等）をはじめ、経費の節減に努めることによって、早急な収支の改善を図ります。

3 借入金金は…

- ・平成16年度に借入金（企業債）を2億6000万円返済しました。
- ・年度末の残高は、121億9100万円です。
- 4 一般会計からの繰入金金は…
・事業全体で5億円となり、7.7%増加しました。
- 下水道事業全体の普及率は、前年78.5%から85.4%へ上がりました。

高校生の学び舎と 閑静な住宅街



▲上田飛行場跡は、現在、上田千曲高校の敷地となり、生徒たちがグラウンドでスポーツを楽しんでいる。

中之条地籍の荒地を造成し、陸軍上田飛行場ができたのは昭和6年（1931）10月のことでした。

開場式には所沢飛行学校長ほか千余名が参列し、戦闘機、偵察機など18機が祝賀のため飛来しました。

戦後はこの跡地に上田市立高校（県立上田千曲高校の前身）が23年10月に移転し、文教地区となりました。

30年代前半ごろからは、飛行場跡地の一部と、千曲川の荒れた河川敷が千曲町団地として造成され、約200戸の公営住宅が建設されました。

その後も分譲地に多くの住宅ができて、市内有数の住宅団地となり、現在に至っています。団地内の道幅はやや狭く感じますが、千曲川のほとりの閑静な住宅地です。

自治会館の向かい側の小川尻という地籍に、千曲町公園せせらぎ広場があり、入り口に「都市景観賞」のレリーフ

上田 ところどころ ①⑤ ～千曲町の巻～

の小川の底には、白い石が敷き詰められ、流れに川縁の所々が造られていきます。水は公園西側の小滝か

が自然石にはめ込まれてありました。平成8年（1996）に上田市から受賞した記念碑です。公園の中を流れる清らかな小川という設計が景観賞受賞となったのでしょう。幅1メートルほど



▲千曲町団地一遠くに烏帽子岳が見える

ら流れてくるのですが、水量が豊かなのに驚かされました。どこからどのように水が引かれ、小川に注ぐ滝となるのかは分かりませんが、安らぎと癒しのせせらぎと言えましょう。

夏に白色の花が咲くエゴノキやヤマボウシなどが小川に沿って植えられ、秋になると美しい紫の液果をつけるムラサキシキブも見られました。ブランコ、滑り台、ジャングルジム、鉄棒などの遊具も揃っており、広場は子どもたちが力いっぱい走り回ることができるスペースが確保されていました。

（平野勝重）

◆周辺案内図◆



みんなに知ってほしい国民健康保険（国保）のこと

医療費が増えています

医療費は近年増え続け、平成16年度上田市の国保1人当りの医療費は、15年度より1万4004円増加し、36万8856円でした（平成16年度県内18市1人当りの医療費は35万990円）。医療費増加の原因の一つである生活習慣病を予防し、健康づくりに心がけましょう。

また、医療の受け方で医療費の増加を防ぐことも可能です。家族全員で家庭での医療費節約に取り組んでいきましょう。

医療の受け方を見直しませんか？

○かかりつけ医を持ちましょう
病気の時以外に、健康管理全般のアドバイザーになつてもらえます。

重複受診をやめましょう

同じ病気で複数の医療機関へかかると、検査や処置で体に負担がかかります。
○診療時間内の受診を心がけましょう

緊急の時などやむを得ない場合以外は、時間内に診てもらいましょう。普段か

ら体の状態を把握することが大切です。

○薬とのつきあい方を考えましょう

お医者さんの指示された用量・用法を守りましょう。

皆さんの納める国民健康保険税（保険税）が国保を支えます

国保は私たちが安心してお医者さんにかかるための大切な制度です。一般的に医療機関等の窓口で支払う医療費（二部負担金など）は3割ですが、残り7割は国保で負担しており、その医療費の財源として加入者の皆さんが納める保険税があてられています。保険税は自分のため、みんなのため必ず納めてください。
・保険税は期限内に納めましょう。
・便利で安心な口座振替を利

用しましょう。

・所得申告を済ませましょう
（保険税は前年の所得をもとに計算されます）。

申告期間

2月16日（木）～3月15日（水）

忘れていませんか？ 国保加入の届出

職場の健康保険の被保険者・被扶養者でない人は国保加入が必要です。日本では必ず何らかの医療保険に加入することになっています（国民皆保険制度）。退職した方、就職をしていない方、国保加入の届出を忘れていませんか？お手元に保険証はありますか？
また、職場の保険に加入した方は国保の脱退手続きが必要です。どちらの場合も自分で届出を行ってください。

国保年金課 ☎23・5118

あなたの医療保険は？

会社を退職した
または就職をしていない

あなたは健康保険などの任意継続保険者です

退職した会社の健康保険に引き続き加入している

家族の健康保険の被扶養者になっている

あなたは健康保険などの被扶養者です

会社などを退職して、年金が受けられる

あなたは退職医療制度の被保険者となります

就職していない
・アルバイト、フリーターで職場の健康保険に加入していない
・自営業を営んでいる

あなたは国保の被保険者です

職場の健康保険などに届出

国保への届出が必要です

No.32

市長の



新市のシンボル「市章」発表

新市誕生50日前となつた1月14日、新市のシンボルとなる新しい市章を発表しました。この日は、厳しい寒さや県北部での大雪も一時的に収まり、穏やかな日和となり、合併の足音と共に春の訪れを予感する日でした。

馬場雄二市章選定委員長はじめ、委員13人のご努力で、すばらしいデザインとコンセプトを持った市章ができあがりました。このシンボルマーク

のもと、新市民一丸となつて、新市がスタートするんだという気持ちの高揚を押さえきれませんでした。

選定された最優秀作品は、真田町在住の小学生・福田峻介さんと、坂城町在住（上田市出身）の田村裕子さんの作品を組み合わせたもので、4市町村の要素―桜、六文銭、四つ葉のクローバー、自然環境、国際性など住民の思いが表されています（24ページ参照）。

また、4市町村の小学生による音楽会では、純粋な透明感ある歌声や張り切つて演奏をする姿に、思わず「ブラボー！頑張ってくれよ」と、心から拍手を送りました。とてもさわやかな気分之余韻に浸ることができました。新市になると、小中学校は37校になり、新しい仲間が増えます。様々な交流を大いに図ることにより刺激し合い、自分を磨いてほしいものです。



すなだ
安知羅様 あんちらさま

幸村幼少期の木像

真田町角間区に祭られる「安知羅様」。真田幸村幼少期の姿とも伝わる木像です。これにまつわる伝承を一つ。

真田幸隆が、戦で屋敷を空けている間に、その姫のもとに角間の山の天狗が通い、男の子が生まれます。腹を立てた幸隆が、この子を庭に放りつけますが、何度投げても、男の子はピヨコンとたって、幸隆にニコニコお辞儀をします。男の子がかわいくなった幸隆は、十文字の槍をこの子に与えました。この子が後の真田幸村と伝えられます。



四つ葉の

スケッチ

上田市 丸子町 真田町 武石村 共通企画



まるこ まちの守り神

いちのうさんたい
一柳三体の観音さま

昔々、丸子の里には一本の大きな柳の木があり、そこにとても大きな龍が棲みついていました。龍は四方を睨みつけて毒を吐き、辺りは地獄のようなあり様。たくさん村人が病に倒れていました。この話を聞いた旅の偉いお坊さんが村人たちを守ってやろうと、その柳の木から3体の観音さまを作ってくださいました。それ以来、龍は姿を現さなくなりました。

町に伝わるこのお話、お祭り時には「龍神おねり」として演じられており、今も多くのの人に愛されています。

新市誕生の3月6日が近づいてきました。4市町村の魅力を紹介する「四つ葉のスケッチ」の連載もあと2回。お互いのまちの個性を知り、この春に誕生する新しいまちの魅力にふれてみましょう。

●今月のテーマ

つたわる

Information

■真田町

菅平でヘリコプタースキー

根子岳山頂から全長6km。北アルプスを背景に樹氷を縫って滑るコースが魅力。菅平高原のヘリコプタースキーはいかがですか。大自然に抱かれ、別世界のスキーが楽しめます。

運行期間 3月下旬まで毎日（晴天の日）

料 金 平 日…大人 6,500 円、小人 6,000 円
土日祝日…大人 8,000 円、小人 6,500 円

※遊覧のみ 4,000 円

問 合 せ 菅平高原観光協会 ☎ 74・2003

■丸子町

音楽村バレンタインコンサート

ボサノバを聴きながら長野県産ワインを楽しむバレンタインデー企画のコンサート。大事な人と心あらぐひと時をお過ごしください。

日 時 2月11日(祝) 18:00 ~ (17:00 開場)

会 場 信州国際音楽村（ホールこだま）

出 演 Sapatos（サパトス／ギター&サックス）

料 金 一人 3,500 円／ペア 6,000 円

※当日はシャトルバスの運行もあります。

問 合 せ 信州国際音楽村 ☎ 42・3436

■武石村

アイスクャンドル祭

ともしび博物館入口から庭園に並べられた約500本のアイスクャンドル。幻想的な雰囲気の花灯りが楽しめます。

日 時 2月4日(土) 18:30 ~ 21:00（予定）

会 場 ともしび博物館

内 容 美ヶ原飛龍太鼓演奏、アイスクャンドル
結婚式、三線演奏（予定）

問 合 せ 武石村教育委員会 ☎ 85・2030

■上田市

地域材くらふとフェア上小 2006

アカマツ材など地域の森林で育った木材を使い、地域で活躍する職人などが製作した家具等を展示即売します。森林づくりに関するパネル展示や親子木工教室も同時開催。

日 時 2月17日(金)~19日(日)

場 所 ジャスコ上田店 1階エスカレーター横
(親子木工教室は2階ピクニックコート前)

主 催 上小森林整備推進協議会、上小地方事務所

問 合 せ 上小地方事務所林務課 ☎ 25・7137

新市誕生まで、あと**33**日
(平成 18 年 2 月 1 日現在)

大蛇を祭る

雨ごいの神さま

お仙ヶ淵



昔、どこからともなく三人の姉弟が村に移り住みました。姉はお仙、弟は庄兵衛、末弟を金次郎といい、実は大蛇の化身でした。毎晩のように村人たちの兎や鶏を盗まれて困るので、この大蛇を神様に祭って封じ込めました。

数年後、村が大かんばんで困ったときに、大蛇を祭ったお仙ヶ淵に願をかけたところ、雷鳴とともに大雨が降りだしました。それ以来、お仙ヶ淵は雨ごいの神様として人々に親しまれています。

お仙ヶ淵は武石村の果栗溪谷にある深い淵です。

うえだ



信玄を破った智恵

米山城の白米伝説

武田信玄が村上義清の砥石城を攻めた時のこと。この城の出丸・米山城は守りが堅くなかなか落ちませんでした。そこで、武田軍は水口を止めて飲み水を絶やしてやろうと考えました。困り果てた城の侍たちは、30〜40頭の馬を並べ、その背中に米を浴びせかけます。遠目で見ていた武田軍に、水がまだたくさんあるように見せかける作戦で、敵がひるんだ隙に、城の侍たちはこれを攻め破りました。

11月の戸石米山城祭りでは、この白米伝説が再現されます。

ようこそ私たちの学校へ

● 塩田中学校 ●

「平和」を 考えられる中学生に



▲「私の平和宣言」で平和への願いを語る

「戦後60年。戦争の悲惨さを知り、戦争を語れる人が間もなくいなくなる。だからこそ今、その体験を語り続けるような学習を」……そんな思いから塩田中学校では平和学習に取り組んでいます。

3年生の修学旅行「広島」に向けて1、2年生は塩田地域の戦争史跡についての学習や訪問を実施してい

ます。そして今年度、修学旅行を終えた3年生は強く抱いた平和への願いを地域の方にも伝えたいと考え、「平和を考えるつどい」を企画して地域の方との交流を行いました。生徒からは「私の平和宣言」の発表、そして地域の方からは「戦争体験のお話」を伺いました。「塩田にも爆弾が落されていたなんて」という驚きや「さらに平和を訴えていかなければならない」という決意が生徒の感想に寄せられ、文化祭の中でその学びの成果を発表することができました。今後私たちが生活している地域のことを学びながら平和を願い、行動できる学習にしていけたらと思っています。



▲地域の方から戦争体験や中学生への願いを伺う

神山征二郎の上田

「ひめゆりの塔」「三たびの海峡」「宮沢賢治その愛」、そして秩父事件を描いた大作「草の乱」。上田で4作の映画ロケを敢行した神山征二郎監督は、極端な派手さはないが、じっくり心に浸透していくような映画をつくる人だ。上田ロケでは、浦里小学校が多く登場し、趣のある校舎などが、岩手の旧花巻農学校や沖縄の病院、秩父の集会場など、それぞれの作品の中で印象深いシーンとして使われている。中でも、現在、全国で独自上映の方法によって公開中の「草の乱」では、浦里小学校の南校舎二階和室大広間に200人のエキストラが参加して、

この映画のクライマックスのひとつ「自由党の演説」シーンが再現された。主演の緒形直人演じる井上伝蔵は、この演説を機に怒涛の騒乱を指揮するひとりとなり、後の現在まで生きる自由主義を日本人に目覚めさせるきっかけをつくっていく。

余談になるが、神山監督は映画ロケを重ねるうちに上田が好きになり、ついに自らの「終の棲家」となるお墓を塩田の前山寺につくってしまった。「上田に住んでみたいなあ」という映画人は多いが、お墓を建ててしまう人はそうはいない。

(信州上田フィルムコミッション)

本番前に説明を受けるエキストラの皆さん
(浦里小 和室大広間)

上田キネマ館
映画の舞台をめぐる

Take 19

短歌

熊坂 年成 選

入選

孫子等の去りししじまの空間を潤ひくるるピラカンサの赤

すぎゆきは振りかえるまじ兵の日の一陣の風身を揺さぶる
手塚 柳町もと子

小牧 宮島 正

入院中一日眺めいし置時計戸棚の隅にひっそり収む

上常田 岩佐かめよ

佳作

消し去らむあの日あの時みな状況鳴る風過ぎて春来るを俟つ

中野 本木 せつ

爪楊枝つかひ食後の茶すすりて「だいたい」と「おほむね」の

下房山 秋山千枝子

差を論じをり

愛宕町 中井比奈江

病室の吾を気遣い帰る夫背なの薄さが淋しく見ゆる

下紺屋町 中島 絹代

俳句

島田 洋子 選

入選

老一人菊鉢持ちて入所せり

ほうほうと獅大根の煮上がりぬ

百年の家もてあます花八手

佳作

雪玉を丸める役と投げる役

木枯らしに裾ひるがえす鬼女の里

日溜りや孫に教える注連作り

日向ぼこ白髪多きは父譲り

やや寒の少し狂いし古時計

穂芒の風に揉まれて瘦せにけり

夕映えに影伸びており冬木立

凍て滝や押し葉の如く紅葉埋め

投網打つ船の軋みや霧の中

選者吟 蜜柑届くびつしり海の白を話めて

選者詠

限界と思ふこととき日にして診療と短歌なほ捨て難し

川柳

臣川 南月 選

入選

泣き笑い愛くすれずに卒寿越え

昭和史が我慢強さを根付かせた

張り切った自分史いまだ序文のみ

佳作

いたけな命かなしむ歳の暮

起きてまた夢の続きを作詞する

いろり端みそおにぎりのいい匂い

窓越しに影絵を見せる小鳥たち

人生の錯落したく秘湯旅

小学生バケツの中で米づくり

孫を抱き面面相の子守唄

お迎えが来ててもいいよと医者通い

さりげなく渡すチップに下心

選者吟 前向きに生きる余生を陽に誓い

四月号の投稿方法 はがきで上田市教育委員会まで

住所 〒386-0005 天神二一四一七四まで

締切り 二月三日(木) 必着

4月9日(日) 投票

上田市長選挙

上田市議会議員選挙

新市の上田市長選挙と上田市議会議員選挙は、4月2日(日)告示が、4月9日(日)投票の日程で行うことが合併する4市町村の選挙管理委員による合同会議で内定しました。新上田市の代表を選ぶ選挙です。棄権せずに投票しましょう。

投票のしかたなど詳しい内容は、広報うえだ3月1日号に掲載する予定です。

立候補手続等に関する説明会を開催します

立候補届出が円滑に行われるように、次のとおり説明会を開催します。

日時 3月13日(月)14:00～

会場 上田創造館文化ホール

内容 立候補手続き、選挙運動などに関すること

問合せ 選挙管理委員会事務局 ☎23・5438

明るい選挙啓発標語入選作品が決定しました

選挙管理委員会事務局 ☎23・5438

昨年10月に募集した「明るい選挙啓発標語」には、232件と多くの応募をいただきありがとうございました。

審査の結果、次の標語が入選しました。

【優秀賞】

大切な 未来を作る この一票

未来への 扉を開く その一票

一票が 国を動かす その重さ

住みやすい 社会をつくる その一票

【佳作】

この一票 一人一人が 大切に

この一票 とっても大事な 選挙権

新しい 未来を作る この一票

大切な あなたの思いを この一票に

選挙の日 みんな笑顔で 投票だ

大切な 未来につながる その一票

その一票 未来へ進む 光の扉

南 小5年 芹沢 拓さん

南 小5年 長坂 美穂さん

川西小6年 小山 智之さん

塩田中2年 山極 文惟さん

南 小5年 田中 智公さん

南 小5年 田辺 洋美さん

南 小5年 篠原 奏さん

南 小5年 山口 光さん

南 小5年 渡辺 絵美さん

豊殿小6年 松崎 詩織さん

塩田中2年 黒沢 成実さん

秋和 坂口 牧秋

国分 今尾志津子

緑が丘西 宮沢 幸穂

新田 小林郁二郎

川辺 尾見 志子

国分 宮沢 恵子

下吉田 小林 房代

岩下 尾沢 繁信

常入 竹花すみ子

秋和 飯島 延雄

秋和 飯島 延雄

秋和 飯島 延雄

秋和 飯島 延雄

秋和 飯島 延雄

秋和 飯島 延雄

秋和 飯島 延雄

秋和 飯島 延雄

新生上田市の発足に先駆けて

武石・真田・丸子・上田の
皆さんとの学びあいの場

「生涯学習 上田自由塾」講師募集



学ぶことが生きがいならば、教えることも生きがいであるとの視点から市民により企画運営する「生涯学習 上田自由塾」は、昨年4月に、「ニコニコ健康塾」も8月に開講し、延べ700名余の人が学びました。

本年4月「生涯学習 上田自由塾」と「ニコニコ健康塾」が一緒になって「生涯学習 上田自由塾」

とし講師を募集いたします。

どのようなジャンルでも結構です。今まで培った知識や経験を生かして講師として挑戦してみませんか、ご応募お待ちしております。

今回は3月の新生上田市の発足に向けて大きな学びのステージを作りたいと考えました。

今回は3月の新生上田市の発足に向けて大きな学びのステージを作りたいと考えました。



○資格 どなたでも講師になれます。(年齢・資格・地域制限などありません)

○講座のテーマ、内容

初めての人でも気軽に学べる講座・趣味、研究しているものの、職業上の経験などユニークな視点で教えられるもの。ただし、家元制度がある分野や特定の政治宗教、企業や職業などの宣伝・営利を目的とするものは除きます。

※講師一人の講座持ち数 3講座以内

○講座の期間 平成18年5月～平成19年3月まで

○会場 武石・真田・丸子・上田の公共施設

○応募方法 講座希望企画書(各市町村の公民館にあります)に記入して、下記に申し込んでください(郵送、FAXも可)。

〒386-0014 上田市材木町1-2-3 上田市中央公民館内
生涯学習 上田自由塾 (FAX 22・1633)

○締切 2月20日(月) 厳守

○講師説明会 2月28日(火) 午前10時から中央公民館で行います。申し込まれた講師の皆さん全員お集まりください。

○問合せ先 ☎ 22・0760 (中央公民館) ・ ☎ 22・6432 (山口)

現在開講中の講座

マレットゴルフ、藤工藝、中国語、お菓子作り、パン作り、カラオケ、実用書道、自力整体整食法、アロマセラピー、フォークダンスとレクリエーションダンス、ボールペン字、親子トールペイント、コースアップマジック、なぎなた、絵手紙、ハワイアンフラ、篆刻、フォークギター、真向法体操、足もみ健康法、フロアエクササイズ、グラウンドゴルフ、太極拳、自衛術、ココロと体の体力づくり、エンジョイゴルフ、トレッキング、スノーシューハイキング、ウォーキング、スモールボール、音楽による癒しとストレス解消

UCVデジタル放送 体験フェア開催

迫力満点、機能いっぱいのデジタル放送を会場で実感してください!



お申し込み・お問い合わせは

・ UCV 株式会社 上田ケーブルビジョン TEL: 0268(23)1600 E-mail: info@ucv.co.jp

いよいよ地上デジタル放送スタート!

NHK長野 4月より 県内民放 10月より

- | | | | |
|-------|--|-----------------------|--|
| ■日時 | 2月4日(土) 10:00~20:00
2月5日(日) 10:00~17:00 | ■催事 | ●デジタル放送体験コーナー
(地上デジタル試験放送)
(UCVデジタル放送) |
| ■会場 | イオン上田ショッピングセンター2F
オーロラビジョン前 | ●UCVテレビ・インターネット相談コーナー | |
| ■主催 | (株)上田ケーブルビジョン | ●BSデジタル放送を使ったゲーム大会 | |
| ■共催 | イオン(株)ジャスコ上田店 | ●お子様には風船プレゼント! | |
| ■特別協力 | NHK長野放送局 | ●UCVお客様お楽しみ抽選会 | |

特定商取引法の通達が改正

生活環境課 ☎ 23・5120

個人事業者等を狙った悪質な電話機リースの訪問販売に係る苦情が増加していることから、国では特定商取引法による救済が受けられるよう通達を改正しました。

トラブルを抱えている方は、経済産業省関東経済産業局消費者相談室(☎ 048・601・1239)、中小企業庁関東経済産業局経営支援課(☎ 048・600・0334)または中小企業・ベンチャー総合支援センター(☎ 0570・009111)へご相談ください。

税金

原付バイク・軽自動車等の手続きはお済みですか？

税務課 諸税係 ☎ 23・5115
長野県自家用自動車協会上小支部 ☎ 23・1875

軽自動車税は、4月1日現在の所有者に1年分が課税されます。

所有する原付バイク・125ccを超えるバイク・小型特殊自動車・軽自動車等に異動(廃車・譲渡・市外への住所異動等)があった時は、手続きが必要です。3月下旬になりますと、手続き窓口がたいへん混雑しますので、早めに手続きを済ませましょう。

また、手続きの内容でお持ちいただくものが異なります。事前のお問い合わせをお願いします。

手続き窓口

- ①原付バイク・小型特殊自動車→市税務課・市役所各支所
- ②125ccを超えるバイク・軽自動車等→長野県自家用自動車協会上小支部(住吉65番地)

市民税・県民税の申告が始まります

税務課 ☎ 23・5115

市民税・県民税の申告受付は2月16日(木)から3月15日(木)まで(土曜日、日曜日を除く)上田市民会館及び出張会場で行います。詳しくは「平成18年度市・県民税申告の手引き」を御覧ください。

非常勤職員「保育士」を募集

児童保育課 ☎ 23・5132

応募資格 保育士の資格を有する人(平成18年3月31日までに取得見込みの人を含む)

採用人員 若干名

就業場所 市内公立保育園

就業期間 4月1日～来年3月31日までの間で雇用の必要な期間

勤務条件・賃金 ①勤務時間…原則週40時間での割り振り ②社会保険…雇用保険、労災保険等の加入 ③賃金…上田市非常勤職員取扱要領により支給

家庭介護教室

長野病院 ☎ 22・1890 ☎ 24・6603

日時 2月22日(水) 14:00～

会場 長野病院 研修棟2階教室

内容 食事のお世話、病院食の試食

参加費 無料

申込み はがき(〒386-8610 上田市緑ヶ丘1-27-21 長野病院東6階)かFAXでお申し込みください。

採用方法 選考試験による

試験科目

①面接(申込時)

②適正検査(申込時)

③作文(申込時に、

「保育士として取り

組みたいこと」と題

した、400字程度の作文を提出)

提出書類 ①市販の履歴書(必要

事項を記入し、写真貼付)②作文

(書式自由)③返信用封筒(80円切

手貼付。あて名を記入)④保育士

証の写し又は資格取得見込証明書

申込み 2月16日(木)～17日(金)

9:00～18:00 上田市役所南

庁舎6階太郎の間へ



社会教育指導員(嘱託職員)を募集します

教育総務課 ☎ 23・5100

応募資格 学校教育又は社会教育の経験があり、公民館における青少年・子育て支援事業に熱意のある

満22歳以上62歳以下の上田市民

募集人員 2人(予定)

勤務場所 公民館

任用期間 平成18年4月1日から1年間(勤務状況に応じて更新あり)

任用形態 非常勤職員(嘱託)30時間/週

報酬 月額135,700円(現行)(合併により変更あり・ほかに通勤費を支給)

職務内容 青少年教育・子育て支援事業の企画及び運営

応募方法 履歴書と「地域でこどもを育てる」をテーマにしたレポート(800字以上・書式自由)を、2月24日(金)までに教育委員会教育総務課へ提出

選考方法 一次選考:レポート審査、二次選考:面接審査(一次選考合格者のみ)

会場 上田市教育委員会2階第一会議室

全国に誇れる最新鋭の校舎と設備です

平成18年
4月開校

認可
申請中

●一般入試スケジュール

入試日程	出願期間	試験科目
2/4～3/25の毎週土曜日	各入試日の 5日前(月曜日)まで	小論文 面接



厚生労働大臣指定認可申請中 救急救命士・柔道整復師養成校

長野救命医療専門学校



体力の可能性を引き出す国家資格

柔道整復師学科

3年制
30名

命を守る一分一秒の国家資格

救急救命士学科

3年制
40名

〒389-0516

社会人入学可・資料無料で送付します

長野県東御市田中66-1(しなの鉄道田中駅より徒歩5分)

Tel: 0268-64-6699 Fax: 0268-64-6611

URL <http://www.nagano-kyumeiiryoku.ac.jp>

講座・教室

高齢者パソコン教室【初心者対象】

上田市福寿クラブ連合会事務局
☎ 23・2387 ☎ 28・5520

講習期間 4月～9月の毎週金曜日
9:30～11:30 (全20回)

会場 上田市ふれあい福祉センター
(原町)

定員 先着12人

参加費 6,000円
(資料代別)

対象者

- (1) おおむね60歳以上の方
 - (2) パソコンが初めての方
 - (3) ノートパソコン持参のこと(事務局でも貸します)
 - (4) 福寿クラブ会員優先
- 申込締切 2月末(定員になり次第締切ります)
申込み 事務局へ



エコ・ハウス「わくわく講座」

エコ・ハウス ☎ 23・5144

【布ぞうり作り】

日時 2月20日(月)・27日(月)の2回
10:00～15:00

持ち物 ゆかた等木綿の布、ものさし(30cm程度)、はさみ、お弁当

参加費 100円

【おひなさま作り】

日時 2月16日(木) 10:00～12:00、13:00～15:00の2回開講

持ち物 裁縫道具

参加費 200円

【純銀ストラップを作ろう】

使用済の写真現像液や定着液等からのリサイクル銀粘土でストラップを作ります。

日時 2月15日(水) 13:30～15:00

参加費 600円

※講座の申込みはエコ・ハウスまで

●修理工房からお知らせ

刃物研ぎ(無料)

日時 毎週水曜日 13:00～15:00

お知らせ

児童手当の請求はお済みですか？

児童保育課 ☎ 23・5132

児童手当は、小学校第3学年修了前(9歳到達後最初の年度末)までの子どもさんを養育している保護者に支給される手当です。保護者の所得が一定額を超えていない場合、認定請求をされた翌月から児童手当が支給されます。

認定請求は随時受け付けています。子どもさんが生まれたかた、上田市に転入されたかたで認定請求をされていない方は、認定請求をしてください。(公務員のかたは勤務先にお問い合わせください。)

なお、平成17年10月分から平成18年1月分までの児童手当を2月15日に指定の口座に振り込みますので確認してください。(支払通知書は郵送しませんので、通帳を記帳して確認してください。)

詳細については児童保育課にお問い合わせください。

中小企業者の皆様へ

商工課 ☎ 23・5395

新市の制度融資を利用して、住所表示の切り替えに要する経費を調達する場合、新市が利子の1.0%分を補給します。

対象となる経費 商品ラベル、包装資材等の物品、看板、表札等の物品、

封筒、注文書、名刺等の消耗品、企業概要等のパンフレット

【利子補給の対象となる資金と借受者負担率】

資金名	借受者負担率(年)
中小企業資金(運転資金)	1.2%
小規模企業事業資金(運転資金)	0.8%

利子補給期間 資金借入れ後3年間

申込期間 3月6日～5月31日

ふるさとコール信州上田地域合同企業ガイダンス

上田職業安定協会(上田商工会議所内)

☎ 22・4500

日時 2月10日(金) 13:00～16:00

会場 上田東急イン国際クリスタルホール

内容 平成19年3月に大学、短大、専修学校等を卒業見込みの方を対象にした合同企業ガイダンスを行います。



写真等資料を探しています！

池波正太郎真田太平記館

☎ 28・7100 ☎ 28・7101

✉ i-taiheikikan@ueda.ne.jp

池波正太郎真田太平記館では、今年秋に、「池波正太郎と信州」(仮称)という企画展を計画しています。その企画展での展示などに利用させていただくため、池波正太郎氏に関する写真、書簡等資料を探しています。特に、池波氏が上田周辺を訪れた際の写真や、書簡等池波氏と信州とのつながりに関する資料であればどのようなものでも結構ですので、至急館までご連絡ください。

ヨーロッパへ行くなら、
価格が魅力的な今がチャンス。
99,800円～

イタリア
フランス
スペイン

JTB上田支店
TEL. (0268) 22-2880
上田市天神1-8-2(ホテルサンルート上田1F)
●営業時間/10:00～18:00
水曜・祝日定休

〈広告欄〉



飯島耳鼻咽喉科

院長 飯島勇三 医学博士・耳鼻咽喉科専門医

副院長 飯島正道 医学博士・耳鼻咽喉科専門医

上田駅より徒歩5分

診療日

院長 水

副院長 月火 金土

平日 AM9:00～12:00/PM2:00～5:30

土曜 AM9:00～12:00/PM1:00～3:00

上田市大手1-1-78

☎ 0268(22)1270



〈広告欄〉

催 し

文化センター開館20周年記念
第22回文化創造祭(入場無料)

中央公民館 ☎22・0760

◆舞台発表(中央公民館3階大会議室)

日時 2月14日(火) 13:30～

内容 「ヨガで元気に!」

◆舞台発表(文化会館ホール)

日 時	内 容
2月18日(土) 13:00～	吟詠・詩舞発表会
2月19日(日) 10:00～	母と子の リトミック
2月19日(日) 13:00～	春風コンサート

◆展示発表

日時 2月17日(金)～19日(日)
9:00～17:00(19日は15:30
まで)

会場 中央公民館他

内容 絵画、版画、水墨画、俳画、
写真、切り絵、パッチワーク、陶芸、
木彫、川柳、俳句、書道、短歌など
の作品や、環境や生活に即した学習
の活動を発表します。

高齢者福祉センターの催し

高齢者福祉センター ☎22・4119

上田市内在住の60歳以上の方なら
どなたでも参加できます。

【童謡唱歌を楽しむ会】

日時 2月14日(火) 10:30～12:00

内容 懐かしい童謡唱歌を歌いまし
ょう。

参加費 100円(歌集代)

【健康体操(室内)】

日時 2月24日(金) 10:30～12:00

内容 寒い中、体を動かしましょう

第3回 山本県版画大賞展覧会
(児童生徒の部)

山本県記念館 ☎22・2693

日時 2月17日(金)～26日(日)
9:00～16:00

会場 上田市観光会館

内容 長野県下の小・中・特殊学校
児童生徒の版画作品を展示

入場料 無料

エコ・ハウス開館5周年記念
イベント「宝の山市」

エコ・ハウス ☎23・5144

日時 2月25日(土) 10:00～
12:00会場 エコ・ハウス(上田クリーン
センター内)内容 フリーマーケット(手作り品、
布地・不用品、その他いろいろあり)、
手作り生ごみ処理機「ぱっくりん」
組み立てコーナーその他 来館者には、プレゼントさ
しあげます。

県産材住宅見学会のお知らせ

上小地方事務所林務課 ☎25・7138

長野県では、平成17年4月から、
県産材を一定量以上使用した新築等
住宅に対して50万円を助成する
「信州ふるさとの住まい助成金」制度
を実施しています。そこで、県産材を使用した住宅の見
学会を開催しますので、県産材住宅
に興味のある方はぜひご参加くださ
い。

日程 2月26日(日)

内容 東信地域の住宅建築現場

主催 千曲川上流域林業活性化セ
ンター地域安全安心ステーション整備
モデル事業の防災資機材引き渡し上田市南部地区防犯・防災協議会
が、本年度総務省消防庁の「地域
安全安心ステーション」整備モデ
ル事業に選ばれ、この事業の助成
で購入したAED(自動体外式除
細動器)一式、テント、投光器一
式、消防用ホースの引き渡しを昨
年12月17日に行いました。引き渡した資機材のAEDは、自
動で心臓に電気ショックを与え
心拍を正常に
戻し救命する
機器です。この事業は宝
くじの助成金
で整備されま
した。

募 集

やーこん焼酎の名称募集

農林課地産地消推進係 ☎23・5122

金剛寺やーこん組合では、地元の活
性化のためやーこん焼酎を造り、現
在このやーこん焼酎の名称を募集し
ています。申込方法 郵便はがきに①やーこん
焼酎の名称②郵便番号③ご住所④お
名前⑤ご年齢⑥性別⑦職業⑧電話番
号で記入のうえ、倉島今朝松さん
(〒386-0602 上田市住吉金剛寺
1538 ☎24・1782)へ募集期間 2月1日(火)～28日(火)当
日消印有効賞品 採用された名称応募者にはや
ーこん焼酎720mlを1ケース(12
本入り)プレゼントいたします。

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	○	×

休 診 日

日曜日、祝日、土曜日午後
火曜午後・木曜午後(手術)

各施設イベント案内

Region Plaza 上田創造館

☎ 23・1111 / FAX 24・4100
〒386-1102 上田原 1640

■パッチワークキルト作品展

期間 2月5日(日)～12日(日)
9:30～16:30 (最終日 16:00)
入場料 無料

■上小地域水墨画展

期間 2月17日(金)～26日(日)
9:00～16:30 (最終日 16:00)
入場料 無料

■おりがみ教室

「ひな飾りを折ろう」

日時 2月25日(土)
10:00～12:00・
13:30～15:30

参加費 300円



■モーターの力で走る

プロペラ・カーを作ろう

モーターと身近な材料を利用して、プロペラの回転で走る風力モーターカーを作ります。

日時 2月18日(土) 9:30～11:30

対象 小中学生とその保護者対象

定員 先着 20人

参加費 無料

申込み 2月14日(木)までに電話又はFAXで

■ファミリーパソコン教室

パソコンでイラストを入れた壁掛けカレンダーを作ります。

日時 2月18日(土) 9:30～11:00

対象 5歳以上の子どもと保護者

定員 先着 20人

参加費 無料

メディアランド UEDA

☎ 39・1000 / FAX 39・1010
〒386-1211 下之郷 812-1 (水曜休館)

■ビデオ上映会

- ・サイバー犯罪事件簿～姿なき侵入者
毎週土曜日 13:00～
- ・ビデオ上映会(こども向け)
毎週日曜日 13:30～

定員 200人(申込み不要)

入場料 無料

※都合により上映がない場合あり。

■デジタルカメラ講座写真加工編

デジタルカメラで撮影した写真のいろいろな加工の仕方をご紹介します。

日時 2月18日(土) 13:30～16:30

対象 パソコン経験者

定員 16人

受講料 2,000円(事前申込み)

■ママのためのパソコン

入園・入学・新学期に向けて、パソコンで簡単にできる子ども用名前シールやアイロンプリントを作ります。

対象 初心者

定員 16人

受講料 1,000円

託児 2歳～(要事前申込み)

【名前シール編】

日時 2月20日(月) 10:00～12:00

【アイロンプリント編】

日時 2月27日(月) 10:00～12:00

■メディアランドこども塾

FMラジオを作ろう!

はんだごてを使わず、簡単に作れます。パソコンでパネルのデザインもします。

日時 2月25日(土) 13:30～15:30

定員 8人

参加費 2,500円(材料費など)

申込締切 2月21日(火) 申込多数の場合抽選

■新映像塾 Media Trigger 05

今すぐ役立つ! 実践クリエイター養成講座～独自カリキュラムで学ぶ Adobe Illustrator

現役プロが教える、デザイン・印刷業界・社内DTP分野で通用するクリエイター養成を目指します。技術習得だけでなく、現役講師・デザイナーと共に仕事を通した擬似体験

日程 2/26(日)、3/4(土)、5(日)、11(土)、12(日)、18(土)(8回コース)

対象 Adobe Illustrator 使用者

定員 20人(要事前申込み)

受講料 15,000円

■パソコン相談室

相談時間 毎週木～日曜日

10:00～10:30

定員 各回2人(前日までに予約)

相談料 無料

■ジャバスクリプト入門講座

ホームページで一般に使われている技術を、わかりやすく講習します。プログラミングに興味のある方、お



待ちしています。

日時 3月4日(土) 13:00～16:00

対象 中学生～高校生

受講料 500円

上田情報ライブラリー

☎ 29・0210 / FAX 29・0211
〒386-0025 天神 1-8-1 上田駅前ビルパレオ4階

■「信濃に花開いた 多彩な音楽文化」(無料)

日時 2月18日(土)
13:30～15:30

内容 大正中期から昭和初期の時代に探る上田の音楽事情について

・「上田音楽隊」から「上田のジンタ」へ

・上田新参町教会の役割

・音楽を愛する青年たちの活躍

講師 北條彰一さん

■「まぼろしの音楽家・江文也の作品を聴く」(無料)

江文也の作品をCDで鑑賞し紹介します。

日時 2月25日(土)
13:30～15:30

曲目 「第二生蕃歌曲集」「芭蕉紀行集」「スケッチ五曲」「三舞曲」「一人と六人」「台湾の舞曲」「祭典ソナタ」「孔廟大成楽章」など



■「昔ばなし語りの会」伝え方のいろいろを楽しみましょう

素語り・パネルシアター・劇画スライドの三つの伝え方をみんなで楽しめます。

日時 2月18日(土)
18:30～20:30

入場料 500円(中学生以下無料)

■「表現を楽しむ会」運営スタッフ募集

朗読、語り、紙芝居、パネルシアター、わらべうたを楽しむ「表現を楽しむ会」をシリーズで開催します。この会を企画・実演する方を募集します。

対象 朗読、語り、紙芝居、パネルシアター、わらべうたを実演できるグループまたは個人

申込み 2月25日(日)までに電話で上田情報ライブラリーへ

箱山	宮島	田中	太田	米山	河野	長谷	上野	伊藤	成澤	宮坂	大久保	竹内	山田	神田	多胡	三井	武井	小嶋	矢島
幸男	治重	邦子	勢子	みくに	徳衛	雅之	武	昭子	良江	甫	あきの	はつえ	實	延幸	かづ子	政徳	ふみ子	榮三	愛子
小井	下本	緑が丘	ひかり	踏	御所	岩下	新田	奈良尾	緑が丘	上沢	赤坂	東前山	上手	中吉田	下郷	金剛寺	中組	下常田	大屋
66	72	95	80	65	93	90	61	78	81	82	91	79	76	81	86	45	84	80	95
五十嵐	小泉	茅野	柳澤	井出	清水	高橋	清水	西沢	木澤	塚田	吉澤	武田	高橋	山崎	坪田	清水	吉原	丸山	中畑
和智	千子	玉子	武司	實	勝	喜之	きよ	利次	良藏	親	登	富子	昭	誠一	喜美治	はま子	福子	秀子	幸男
中村	岩門	諏訪	愛宕	松尾	下常	山口	上室	上塩	下紺	長島	十人	朝日	朝日	中之	分	西野	上本	吉原	上塩
68	98	76	61	61	92	66	75	74	78	91	67	79	78	92	96	89	69	84	79
山上	西澤	吉沢	宇野	石井	小山	川瀬	藤生	春原	久保	宮下	石井	齋藤	柳澤	遠山	入村	小出	倉島	鈴木	母袋
祐之助	けさ	賢次	一雄	昭人	益穂	三雄	百重	たきよ	一郎	志を	美喜夫	美ち子	芳子	善助	しづ江	貞利	きみよ	サキ子	壽江
横町	西脇	秋和	下郷	馬場	大屋	中之	金井	上塩	みず	吉田	下室	上堀	大屋	馬場	中野	金剛寺	東築地	下塩尻	五加
84	90	65	81	73	79	68	102	85	85	95	87	96	76	83	77	86	93	69	80
滝沢	古平	小菅	塩沢	西澤	水無	山崎	若林	山田	春原	堀内	兒玉	瀧澤	山岸	木下	芦田	青木	馬場	小林	小林
修治	治子	光子	三郎	澤子	とし	宏一	ヨキ	官佳	信男	ゆき	茂	文治	芳子	保夫	一と	久	和夫	榮子	和男
伊勢	北常	下郷	上室	久保	石	青原	松尾	上塩	川辺	小牧	御所	材木	緑が丘	下郷	大久保	新	秋	新	中吉田
72	90	98	88	88	78	87	83	85	80	90	96	83	83	85	90	83	91	90	88

【17年12月届出分・
敬称略】

ごめい福と
お祈りします

まごころをありがとう

12月分

- ▷ 上田市建設事業協同組合様／お城口イベント用電源設備一式／上田駅お城口活性化するために
- ▷ 株式会社日本ビルシステムズ様／お城口イルミネーション設備一式（発光ダイオード電球 5 万 8,400 個、宣伝費一式、配線、取付撤去一式）／上田駅お城口活性化するために
- ▷ ガールスカウト長野県第 5 団様／現金 1 万 5,000 円／社会福祉基金として
- ▷ ガールスカウト長野県第 25 団様／現金 1 万 5,000 円／社会福祉基金として
- ▷ 山本達二様（東京都世田谷区）／成沢寛経画像 1 幅、成沢玲川画像 1 幅、成沢雲帯作獅子香炉 1 点、成沢雲帯宛俳人等書簡 1 巻、大塔物語他書簡類／博物館へ
- ▷ 北信ヤクルト販売株式会社様（東御市）／現金 5 万円／社会福祉基金として
- ▷ 長野県連合青果株式会社様／みかん 50 箱／社会福祉施設へ

ご意見お待ちしています

いつも広報うえだをご覧いただきありがとうございます。ごさいます。

上田市では、広報うえだを市民の皆さんと行政を結ぶ場として活用したいと考えております。

広報うえだについてあなたが望むことをお知らせください。「こんな記事が読みたい」「この記事は必要ない」など何でも結構です。あなたの声をお待ちしています。

【宛先】〒386-8601 上田市役所秘書課広報うえだ担当（住所不要）または、
✉ koho@city.ueda.nagano.jp か
FAX 23・5111 へ



こんにちは
ボランティアセンターです

38

団員募集

ガールスカウト「長野県 第5団」

団員 61 人（平成 18 年 1 月現在）
活動日 月 2 回 主に土曜日（中・高校生は火・木の夜 月 2 ～ 3 回集会）

ガールスカウトは長野県内に 38 ケ団があり、第 5 団は 1974 年に 5 番目の団として発団し今年 33 年目を迎えます。年長～高校生までの女子が年代別の 5 グループ毎に活動しています。平成 17 年には、キャンプ（市民の森での乗馬体験あり）、募金活動（ユニセフ・緑・ワールドシンキングデイ）、マルチメディア集会（ホームページ更新、活動の書き込み）といった例年の活動に加えて、スペシャルオリンピックスでは、開閉会式でのプラカード担当、各競技場でのアスリートの誘導などに参加し貴重な体験をしました。

また、平成 17 年 9 月～平成 20 年 3 月を取り組み期間とし

て「ピースバックⅡ

～ミャンマー難民の子どもたちとともに～』が開始され、タイ国にいるミャンマー難民の子どもたちに平和への思いを込めた小包を今年 3 月に持っていくため準備中です（このプロジェクトを通して私たちは平和に暮らすために自分のできることが何かをわかる人を育てることを目指しています）。

いろいろな活動を通して、目の前の結果にとらわれず長い時間をかけて“熟成する育ち”を見守り支援することの大切さを学びました。また、かつてスカウトだった方が指導者として活躍し、親子 2 代にわたる団員も誕生しつつありうれしいことです。

■問合せ 上田市ボランティアセンター

上田市中心 3-5-1 上田市ふれあい福祉センター内
TEL・FAX 25-2629 URL <http://www4.ueda.ne.jp/~uedashakyo/>
開設時間 平日 8:30～20:00 土曜 9:00～16:00

▶ 街なか「健康の駅」イベント
血管年齢を調べましょう

日 時 2月12日(日) 13:00～16:00
場 所 海野町 丸陽ビル1階(中央2-5-10)
内 容 ・血管年齢測定(先着30人程度)
・講演「寝たきりを半分に減らす血管年齢測定」
(大岡診療所長・内場廉さん)
・うつ病や認知症予防の運動指導
(高橋玄朴さん)

参加料 無料
申込み 2月10日までに
上田街なか健康の
駅の会(丸陽内)
☎ 22・2400
FAX 27・8787へ



▶ ひきこもり相談会

日 時 2月13日(月) 14:00～17:00
場 所 市役所 南庁舎6階 会議室
内 容 個別相談(1人1時間程度・予約制)
講 師 滝沢病院長・吉田朋孝さん(精神科医師)
申込み 健康推進課 ☎ 23・8244

▶ 長野病院 第5回市民公開講座

日 時 2月18日(土) 15:00～16:00
場 所 長野病院 講堂(地域医療研修センター3階)
内 容 「小児救急について」(森哲夫小児科医長)
参加料 無料
問合せ 長野病院 ☎ 22・1890

平成17年度基本健康診査実施医療機関に以下の病院が追加されました。
うえだはらライフクリニック 上田原 1053-1 (☎ 22・0873)



◆ 男の料理 本音トーク

市民プラザ・ゆうで開催した「男の料理講座」受講生にお集まりいただき、座談会を開きました。

参加者
片桐眞次郎さん
中村 重信さん
丸山 諭さん



— 受講のきっかけは？

丸山：妻が働いているので、退職した私が食事を作りますが、数が限られてしまうので、習いたと思いました。

片桐：退職後は料理をしたいと思ったのですが、レシピを見てもなかなか作れない。それで習おうと思いました。

中村：料理は退職後の趣味にしようと思いましたが、初心者です。将来は妻と協力して食事作りをしたいです。まだ包丁に慣れてきた程度ですが、少しずつ積み重ねていけば、身につくかなと思います。

— 受講していかがでしたか？

片桐：ふだん食べているものでも、作るのは大変だと感

じたメニューもありました。自分の好きなものが作れたら、楽しいかもしれませんね。

中村：男女一緒に料理講座の時は、男性の方が手際よくできて「実は男の方が料理に向いているのでは!？」なんて思いました。

丸山：私たちの年代は家庭科の経験もあるので、「台所に立つ」抵抗は少ないかもしれません。楽しみながらできる世代ではないでしょうか。

片桐：しかし、男性が料理に接する機会がまだ少ないように感じますね。

中村：料理をやってみたくてもできない人も多いと思います。講座の活用は、料理を始めるきっかけのひとつですね。

— これからやってみたいことはありますか。

片桐：だしのとり方とか、基本を覚えたいです。

丸山：そうですね。煮物とか基本の料理は苦手ですから。

片桐：料理講座では、親睦も図れました。退職後はいろいろな職業の人が、男性も女性も集まって料理を楽しんだり情報交換しながら、気持ちが豊かな生活を送れるといいと思います。

中村：講座をきっかけに、料理にチャレンジしたり、会社を離れてからの人とのコミュニケーションや仲間作りの場にもしたいと思います。

「男も家事参加」と言われると堅苦しい感じですが、「台所から人生を豊かに楽しく」と視点を変えて見れば、意外な発見があるかもしれませんね。

上田市健康増進プロジェクト「毎月21日は市民健康づくりの日」事業
～ひと・まち げんき 健康うえだ21～

2月の
テーマ

じょうずにストレスを解消しよう!!

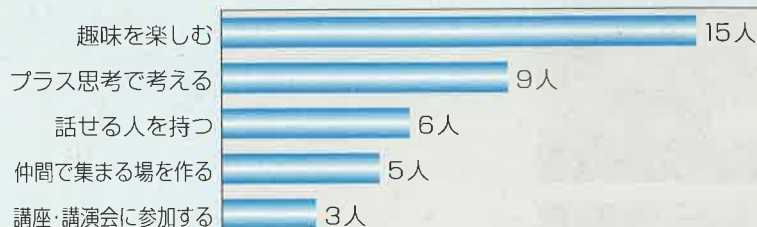
問合せ 健康推進課 ☎23・8244

私たちは、仕事や人間関係の中で気がつかないうちにさまざまなストレスをためています。過度なストレスは、心身に変化を起こし、胃潰瘍・頭痛などの体の病気や、うつ病などの心の病気になることもあります。

そこで、自分のストレスに気付いたり、対処することが必要です。

“こころ”の健康を保つため、心がけていることは何ですか？

心の健康づくりのため、心がけていることは何ですか。上位5位
(H17 こころの健康づくり講演会アンケートより) (単位：人)



今月のチャレンジ

人との出会い ～心地よい会話を楽しむためのポイント～

ひととのふれあいは、話すこと、聞くことから始まります。

- ポイント1!** 自分の考えは脇に置き、まずはゆったりと聞いてみよう
- ポイント2!** 「〇〇なんだよね」と相手の言葉のキーワードを繰り返してみよう
- ポイント3!** そんなことないよ…と否定しないで聞いてみよう
- ポイント4!** ときには、うなずくなど動作であらわしてみよう

くつろぎ祭りにお出かけください

日時 2月18日(土) 13:00～15:30 (受付は12:00から)

会場 相 染 閣 (別所)

内容 【講演会】(13:00～14:00)

- ・演 題 「温泉でひと・まち・げんき～出会いがもたらすコミュニケーション～」
 - ・講 師 市川英彦さん(鹿教湯三才山リハビリテーションセンター鹿教湯病院名誉院長)
- 【体験コーナー】(14:15～)



くつろぎ祭り参加者のみ無料で入浴できます。ホールからお入りください

身近な道具を使ってかんたん体操

定員 40人

内容 身近にある道具を使って…より積極的な健康づくりを体験
持ち物 運動できる支度、運動靴をご用意ください

足もみマッサージを体験

定員 40人

内容 足の緊張をほぐし心と体をリラックス。太もものマッサージを体験
持ち物 ハーフ毛布、ハンドクリームをご用意ください

ハーブティーを楽しもう

定員 20人

内容 温泉につかった後にはハーブティー。
あなたに合ったハーブティーを見つけよう!

* 1月16日号広報にも掲載しています。各コーナーにつきましては、定員になり次第締め切らせていただきます。なお講演のみご参加の方は、申込みが不要です。

申 込 み 健康推進課 ☎23・8244へ 申込締切日 2月16日(木)

～手をつなごう 4 市町村 子ども音楽会～

1 月 14 日 (土)



新上田市発足まであと 50 日となった 1 月 14 日 (土)、丸子町文化会館で新しい市章の発表が行われました。新しい市章は、四つ葉のクローバーと桜の花、六文銭を組み合わせたもので、福田峻介さんと田村裕子さんの応募したデザインが採用されました。



▲福田峻介さん (真田町・右)
田村裕子さん (坂城町・左)

市章発表後、4 市町村の子どもたちによる音楽会が行われました。参加した 13 校の子どもたちは、今まで練習してきた歌やダンス、楽器の演奏を発表し、新市への夢を語りました。



新上田市の市章について

背景の四つ葉のクローバーは、4 市町村の調和した統合を、桜の花は元気で前向きに歩む新上田市民の姿を、中央の花心はアレンジされた真田六文銭をイメージし、全体で新生上田市の自然と活気あふれる未来への発展を表現しています。

うえだ

No.1432

平成 18 年 2 月 1 日号 (毎月 1 日・16 日発行)

編集 上田市秘書課

〒386-8601 長野県上田市大手 1-11-16

TEL 0268-22-4100 FAX 0268-23-5111

市政提言電話 TEL 0268-25-2539

市政提言 FAX FAX 0268-23-5111

市政提言メール mayor@city.ueda.nagano.jp

ホームページ URL <http://www.city.ueda.nagano.jp/>

●生活便利帳

<http://benri.umic.jp/>



みんなで止めよう温暖化

チーム・マイナス6%