

武石

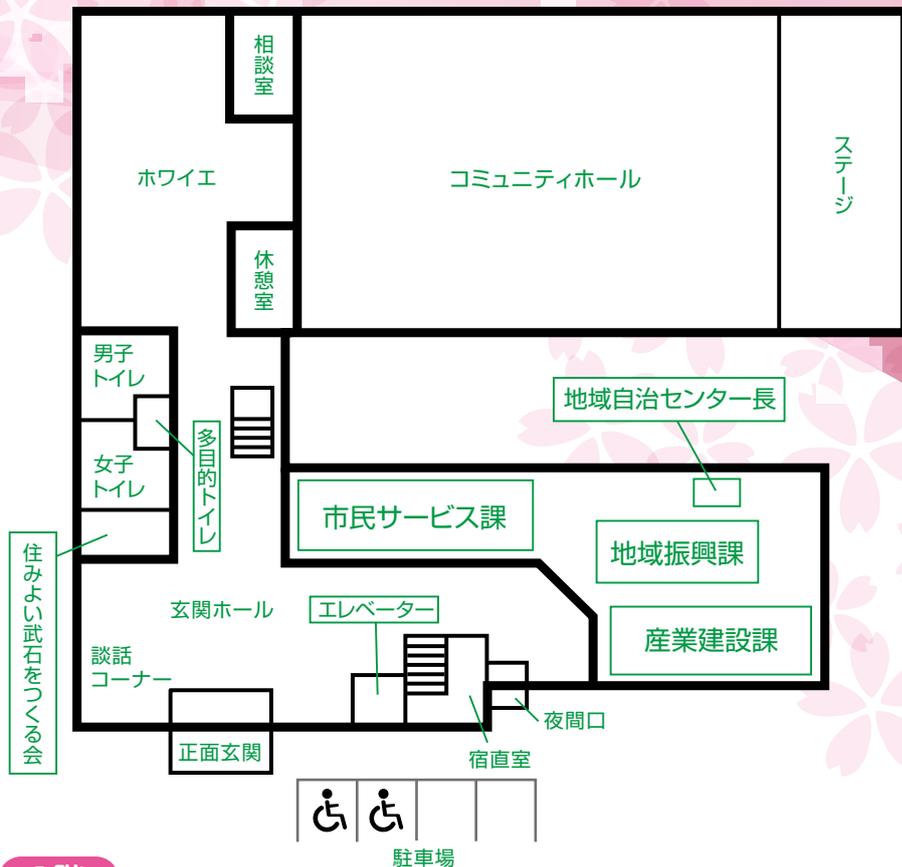
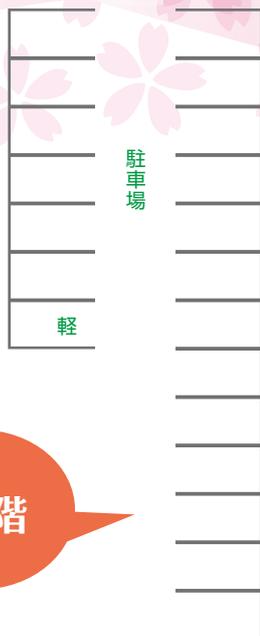
No.84

▼目次

- P1 表紙
- P2~3 武石地域総合センター完成
- P4~5 令和元年東日本台風災害復旧状況
- P6~7 武石診療所のあり方を検討するための地域医療・在宅医療に関する市民アンケート調査結果について
- P8 武石診療所通信／武石公民館だより
- P9 ウィークエンドリサイクル会場変更のお知らせ
武石地域協議会日誌
- P10 ★武石の話題 PickUp★
- P11 お知らせ&イベント
- P12 武石子育て親育ち日記 他

完成 開所

1階



1階

名称 (電話番号)	業務内容
上田市 武石地域自治センター 地域振興課 (85-2824)	・地域政策・地域協議会・自治会・財産区 ・広報、広聴・入札・契約・消防・防災
市民サービス課 (市民窓口担当:85-2827) (生活環境担当:85-2827) (福祉担当:85-2067) (高齢者支援担当:85-2119) (地域健康支援担当:85-2067)	・住基・戸籍・印鑑登録・国保・年金 ・後期高齢者医療・環境衛生・防犯 ・交通安全・住宅・人権・男女共同参画 ・税務・障がい者福祉・児童福祉 ・子育て支援・高齢者福祉・介護保険 ・母子保健・成人保健・健康づくり
産業建設課 (商工観光担当:85-2828) (農林振興担当:85-2828) (建設管理担当:85-2793)	・農林業・商工観光・土地改良・道路 ・河川・建築・農業委員会武石地域事務所 ・地域交通(デマンドバス)
住みよい武石をつくる会 (85-3667)	・住民自治組織・エリアトーク放送



学習室



図書室



コミュニティホール



談話コーナー

武石地域自治センター

〒386-0592 下武石742番地

Tel.85-2311(代) fax85-2313

武石地域総合センター

令和3年3月29日



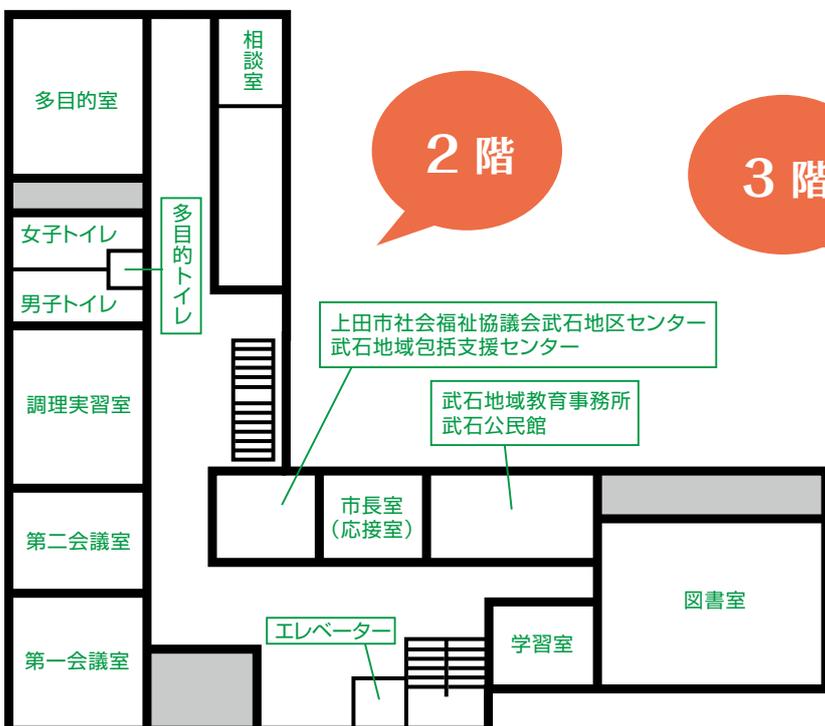
2階

名称（電話番号）	業務内容
武石地域教育事務所 武石公民館 (85-2030)	<ul style="list-style-type: none"> 生涯学習・青少年健全育成・公民館活動 人権同和・伝統文化・文化財・スポーツ振興 体育施設管理
上田市社会福祉協議会 武石地区センター (85-2466)	<ul style="list-style-type: none"> 地域ふれあい事業・住民支えあいマップ ボランティアセンター・赤い羽根共同募金 介護相談・包括支援センター・日常生活支援 ファミリーサポートセンター
武石地域包括支援センター (41-4055)	<ul style="list-style-type: none"> 高齢者相談支援・権利擁護 介護予防ケアマネジメント

令和元年7月から整備を進めてきました武石地域総合センターが完成し、3月29日(月)に開所します。

住民サービスと行政効率の向上を図るため、武石地域自治センターと周辺の公共施設である、武石公民館、武石健康センター、武石老人福祉センター寿楽荘、社会福祉協議会武石地区センター、武石地域包括支援センター、住民自治組織「住みよい武石をつくる会」が新庁舎に集約されます。

令和3年度から旧武石地域自治センター、旧武石健康センター、旧武石老人福祉センター寿楽荘は、解体工事に着手する予定です。



武石公民館

Tel.85-2030 fax85-2205



武石の皆さん、こんにちは。
 日増しに暖かくなり、早春の息吹を感じるこの頃ですが、お元気に過ごされていますでしょうか。

昨年4月に災害派遣職員として武石地域にやってまいりましたが、任期も残すところあと1か月を切りました。

こちらでは、被災した道路や河川の復旧業務を主に担当しており、就任時は、台風19号の発生から5か月が経過していたことから、被災箇所の速やかな工事発注や既着手工事の監督等が主な業務内容として進めてまいりました。

現在の復旧状況としては、地域の方々の生活に支障が出る主要道路を中心に順次復旧しております。

多くの被災箇所があり冬季期間には積雪もあることから、進捗に影響を与え、地域全体の復旧完了としては、まだまだ時間を要する状況にありますが、ここまで復旧工事を進めてくることが出来たのは、地域住民の方々や地元業者の協力があったからこそだと思っており、とても感謝しております。

武石地域のような、地域と行政との距離が近く、住民の方々との良い関係性が築かれているのは、簡単に作ることでできないとても大切な強みです。

今回のような災害事業だけでなく、公共事業全般においても、地域と行政が協力し合い、より魅力のある地域となっていくことを期待しております。

最後に、被災地域の日でも早い復興を願い、一所懸命残りの業務に取り組んでいきますので、よろしくお願いします。

道具 侑一郎



● 災害派遣職員の紹介 ●



氏名	どうかい ゆういちろう	34才(寅年)
派遣元	三重県松阪市	
期間	建設部土木課 河川雨水対策係	
	令和2年4月1日～令和3年3月31日	(1年間)

令和元年東日本台風被害復旧状況 〔武石地域の主な災害復旧事業〕

図 産業建設課 Tel.85-2793



県・市事業(合併施工)
武石川・小寺尾線災害復旧工事
令和2年8月完成



県事業
武石川災害復旧工事
権現上 令和3年3月施工中



県事業
武石川 堆積土砂撤去工事
中小寺尾橋上流 令和3月施工中



県事業
武石川 堆積土砂撤去工事
土井橋下流 令和3月施工中

- …河川被害復旧工事
- ▲…土砂撤去工事
- …道路災害復旧工事
- …スキー場災害復旧工事

県事業
番所ヶ原スキー場 床固工設置工事
令和2年11月完成



市事業
番所ヶ原スキー場 グレンデ災害復旧工事
令和2年10月完成



市事業
小沢根川災害復旧工事
令和3年2月完成



道具さんには、東日本台風による上田市の災害復旧に向け、松阪市より昨年の4月1日からこの3月末までの1年間、災害派遣として武石地域の災害対応に御協力いただきました。

大変優れた土木技術を発揮していただき、地形など条件が異なる災害現場に合わせた設計に心がけられ、また、的確なご提案もいただきながら、手早い事務処理を行っていただき、武石地域の災害復旧に努めていただきました。

なれない土地と気候の中での業務や、コロナ禍で簡単に帰省もできない生活は、不安だったと思いますが、人にやさし

く、真面目で明るい性格は、すぐに職場に溶け込み仕事に取り組む姿勢は厳しく職場内でも頼もしい存在でした。

武石地域の災害復旧はまだまた続きますが、これからも地域が一体となり取り組んでまいります。1年間、武石地域の災害復旧にご尽力いただき、本当にありがとうございました。

松阪市へ戻られてもお身体には十分ご注意ください。今後のご活躍をお祈り申し上げます。

武石地域自治センター長 大平 光博

武石診療所のあり方を検討するための 地域医療・在宅医療に関する 市民アンケート調査結果について



上田市では、市民の皆様が住み慣れた地域家庭でいきいきと自分らしく暮らすことができるよう、在宅医療・介護の支援体制づくりに取り組んでいます。

武石地域には公的な医療機関として武石診療所があり、子どもから高齢者まで診察・健康・介護などの相談を行い、在宅医療を大切にした地域の家庭医として総合的な医療を目指しています。

今後の診療所の運営を行うために地域の皆さんのお考えや要望等をお聞きするアンケート調査を実施しました。

【アンケートの実施状況】

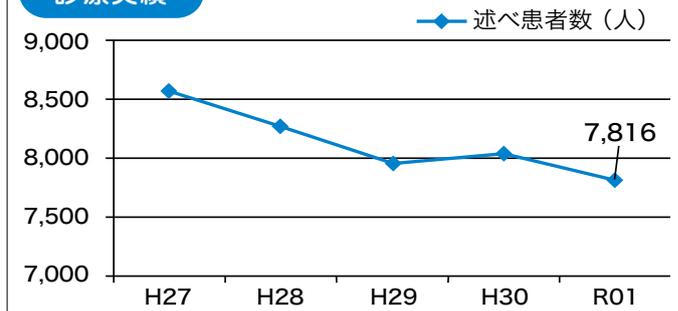
- 実施期間 → 令和2年9月15日～令和2年10月12日
- 調査対象者 → 武石地域に居住する20歳以上の方から無作為に350人の方を選び実施
- 回答件数 → 218人(回収率62.3%)

【武石診療所の状況】

① 診療実績

武石地域は平成18年の合併以降少子高齢化が進み、人口は3,345人(令和2年4月現在)14年間で828人減少し、高齢化率は37.96%まで上昇しています。武石診療所の患者数は武石地域の人口減少とともに減少しており、年間延べ8,000人程度の患者数を推移し、約8割は上田市内で、この内91.6%は武石地域の住民です。

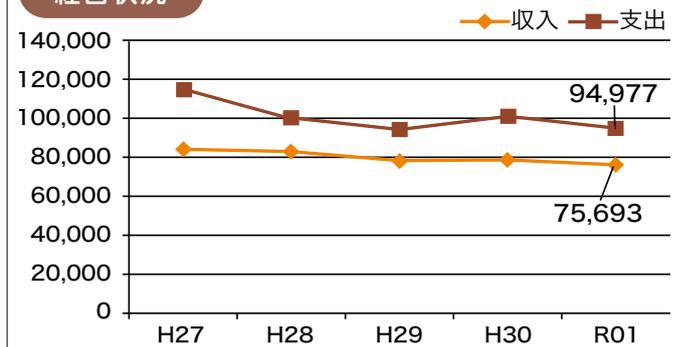
診療実績



② 経営状況

人口減少などに伴い、患者数、診療報酬ともに年々減少し経営が厳しくなり、基金(今までの貯金)を取り崩して運営しています。単年度の収支は、基金繰入金と前年度繰越金を含まないと収入に比べて支出が多く、赤字経営が続いています。また、平成23年度からは基金の取崩し額が2,200万円を超え、平成18年度末に2億8千万円あった基金は、令和2年度10月末現在、23,916千円となっています。

経営状況



令和3年3月から、マイナンバーカードが健康保険証として利用できます!

医療機関や薬局の受付で健康保険証の代わりにマイナンバーカードを使う新たな方法「マイナ受付」が利用できるようになります。マイナンバーカードを顔認証付きカードリーダーにかざすだけ、とても簡単です。武石診療所での利用開始は令和3年3月下旬を予定しております。(医療機関・薬局によって開始時期が異なります。)

※利用には「健康保険証利用申し込み」が必要です。詳しくは厚生労働省の

ホームページまたは「マイナポータル」と検索してご確認ください。

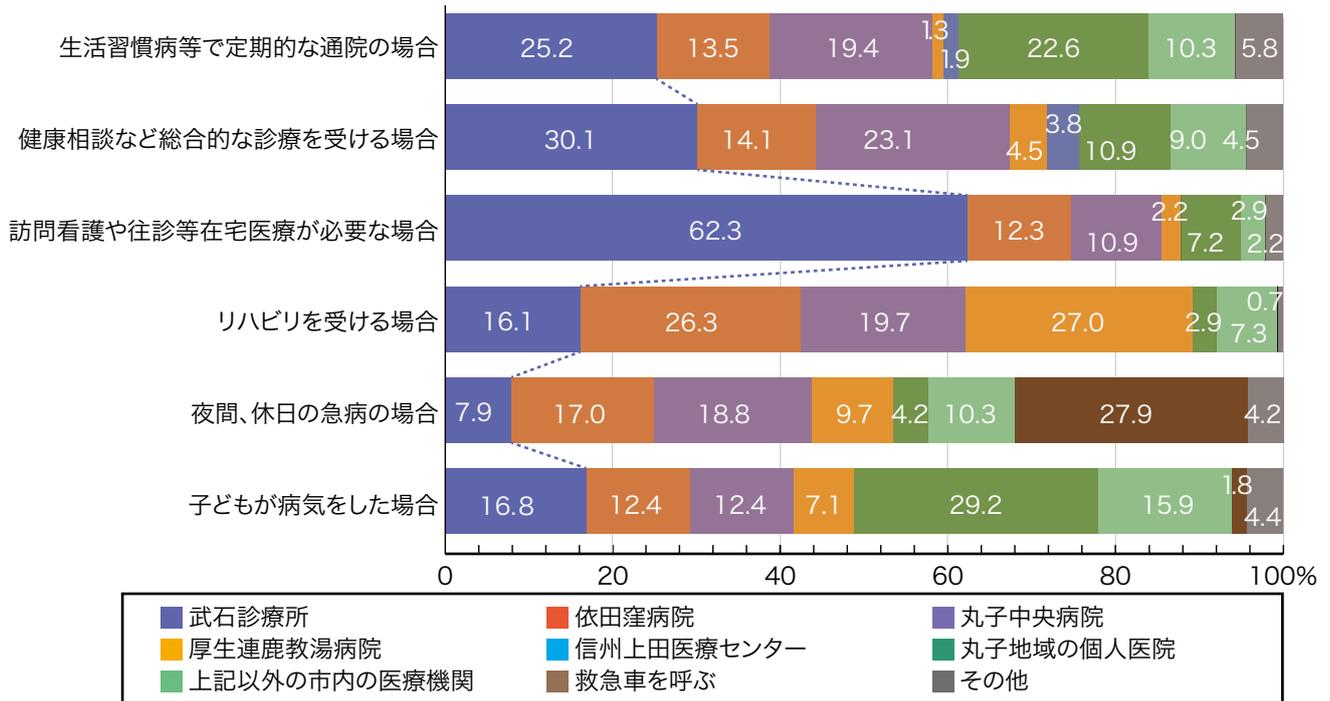
※現在の健康保険証も利用できます。

問 武石診療所 Tel.85-3308



【アンケート結果から】

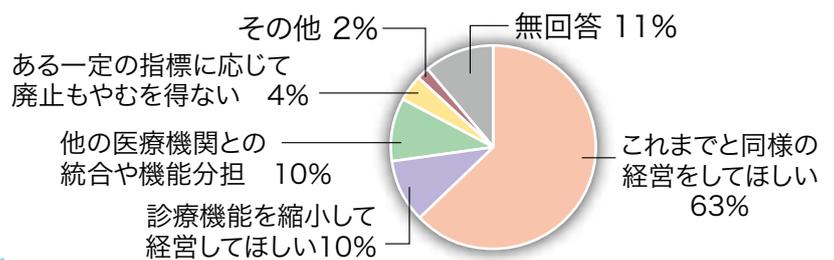
状況に応じた受診医療機関



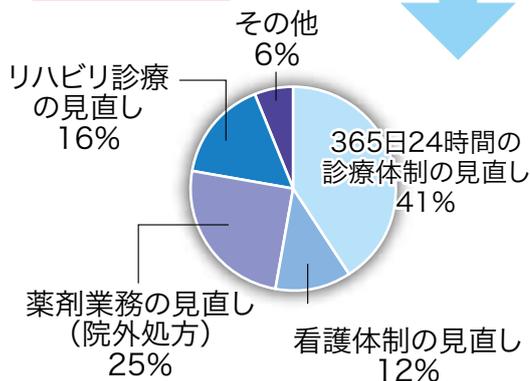
状況に応じた受診医療機関では、定期的な通院や総合的な診療を受ける場合、訪問看護や往診等が必要な場合に武石診療所を受診する方が多くいます。特に在宅医療において武石診療所の役割は大きくなっています。また、子どもが病気をした場合では、46%の方が丸子地域を含めた個人医院と武石診療所を受診しています。さらに、夜間や休日などの急病の場合には3割近くの方が救急車を呼ぶと回答し、このほか依田窪病院や丸子中央病院といった総合病院を受診する方も3割強の方がいます。このような回答結果から、夜間や休日などの急病の場合での武石診療所の役割について検討すべきと考えます。

武石診療所の今後のあり方として、これまでと同様の経営を望む方が6割を超えています。2割程度の方が機能の縮小や他の医療機関との統合や機能分担を回答しています。また機能の縮小においては365日24時間の在宅直制の見直しを4割の方が回答しています。

武石診療所の今後のあり方



機能の縮小



武石診療所の今後のあり方についてどう考える？

その他自由意見として、高齢化の進む山間地域の身近な医療機関として機能の充実や存続を望む声が多く聞かれる一方、経営が厳しい状況を考えれば廃止や統合、機能の縮小はやむを得ないとの回答もありました。

武石地域唯一の医療機関として有効に診療所を利用してもらいたいとなると、数ある医療機関の中で診療所も選択肢の一つとする取り組みが必要です。今後は、現在の業務体系を基本にし、地域の皆さんから頼りにされる身近な医療機関を目指しながら、経費削減に努め、機能の縮小や機能分担についても検討を進めてまいります。

※詳しくは、上田市ホームページをご覧ください。URL <https://www.city.ueda.nagano.jp/>

武石診療所通信 <新型コロナ>わかづまきたまご

新型コロナウイルス感染症の流行から1年が経ちました。思うような生活が出来ずに困ることも多いかと思いますが、この間にこのウイルスの特徴がいろいろと分かっています。今回の一回まとめてみましょう。一般的な風邪やインフルエンザと比べてみると分かりやすいと思います。

感染の仕方では、だ液(つば)で感染するという大きな特徴があります。このために面と向かってしゃべったり歌ったりするときに飛ぶつばが感染の原因となります。予防としては人から2メートルくらい離ればつばは避けられますし、つばを飛ばさないためにマスクをすることがとても大切になります。逆につばでも検査ができるのはちょっとした利点ですね。手についたつばからの感染もあるのですが、手洗いや消毒は基本になります。

ウイルスに感染してから症状が出るまでの潜伏期間が最長2週間と長いことも風邪やインフルエンザとの違いです。多くは4〜5日ほどで発症しますが、潜伏期間が長いために長距離を移動して感染が拡大することは注意を要します。濃厚接触者の検査で最初陰性でも時間がたつてから陽性になることがあるのも同じ理由です。感染が疑われる場合には検査の結果にかかわらず2週間は周りの人との接触を避けるように気を付けましょう。

発症の2日前から感染することがあることも感染が広がりやすい原因となっています。流行期には症状がなくても自分が感染している可能性を考える必要があります。一方、感染しても最後まで症状が出なかった人(無症状病原体保有者)から感染が広がる可能性はほとんどないことが分かってきたのは朗報でしょう。

また、高齢者腎臓病・心臓病糖尿病・高血圧肥満の人は重症化しやすいことが分かっていますので、まわりにこのような方がいる場合はより一層の注意をしたいと思います。若くて元気な人は自分が感染しても重症化することは少ないのですが、感染を広げないように注意が必要なのは言うまでもありません。

治療法も少しずつ分かってきています。有効なワクチンも開発され、日本でも広く接種される予定になっています。世界中でワクチン接種されることでこの新型コロナウイルス感染が終息に向かうことを期待していますが、まだしばらくは十分に注意しながらの生活になると思います。正しい知識を付け、できる範囲での楽しみも持ちながらやっていきたいものです。



記 武石診療所長

廣瀬 聡

ジュニアスキー教室

2月6日、13日、20日、27日の4日間、ジュニアスキー教室が開催され、33名の小学生が参加しました。

参加した子供たちは、武石スキークラブの講師の先生に指導していただき、最終日には、初めての子もスイスイ滑れるようになりました。



花壇の花植え

3月5日(金)公民館利用者団体の方やボランティアの方21名が参加し、武石地域総合センター駐車場の花壇に1,000ポットのパンジーの苗を植えました。

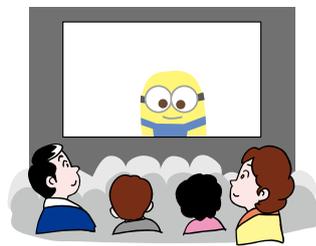
3月29日(月)の武石地域総合センター開所式には、お祝いに花を添えることでしよう。



親子映画鑑賞会

2月14日(日)に武石小学校体育館で、親子映画鑑賞会が開催されました。

「怪盗グルーのミニオン大脱走」が上映され、大勢の参加者が映画を楽しみました。



武石公民館だより

No.82

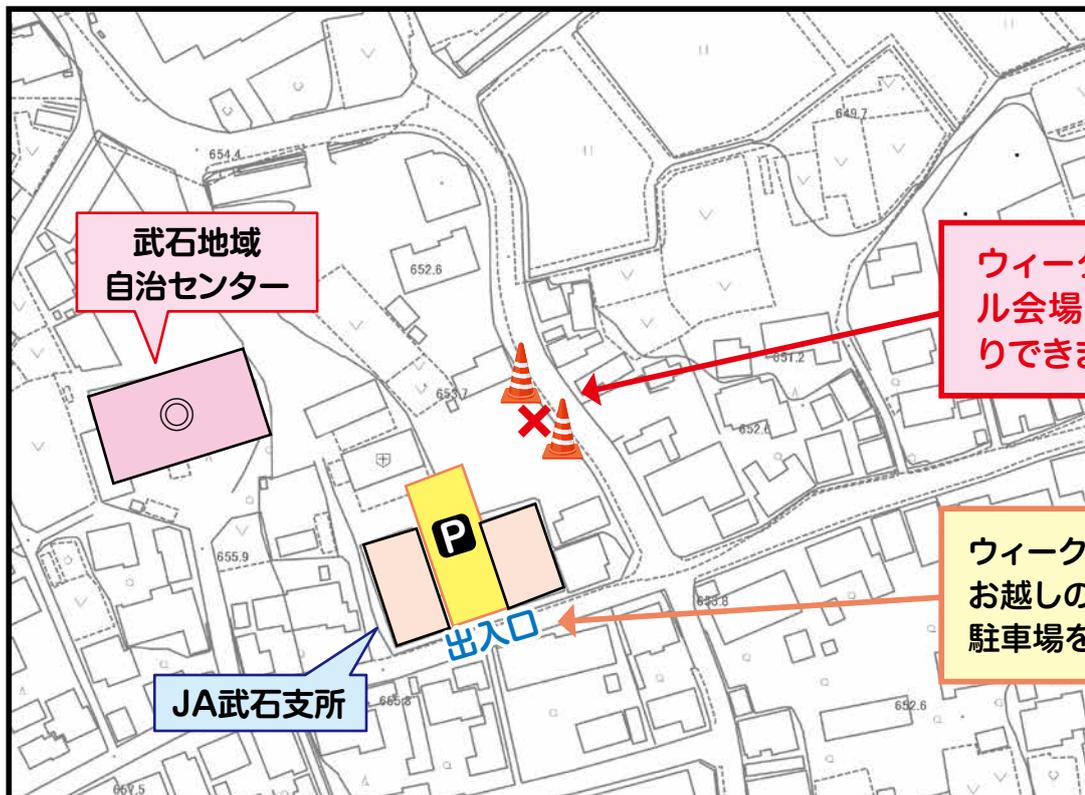
武石公民館 TEL 85-2030

ウィークエンドリサイクル会場変更のお知らせ

ウィークエンドリサイクルの会場が **令和3年3月** から

JA武石支所駐車場

に変更になります。



ウィークエンドリサイクル会場東側からは入りできません!

ウィークエンドリサイクルにお越しの際は、JA武石支所駐車場をご利用ください。

ウィークエンドリサイクルの曜日・時間に変更はありません。

車の出入りは、JA武石支所南側からお願いします。

また、駐車場内が大変狭いので、運転に注意していただきますようお願いいたします。

武石地域総合センター建設関連工事のため、ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

岡 市民サービス課 Tel.85-2827

第7回(2月17日)

〈協議事項〉

▼個別施設計画について

武石診療所と武石地区特定目的賃貸住宅の個別施設計画について市民サービス課から説明がありました。
診療所施設の課題として

- ①診療体系に合わない建物内の配置
- ②老朽化に伴い施設内外のあらゆる部分で経年劣化による痛み
- ③耐用期間を超えた医療機器の更新があげられる。

診療所事業会計では、合併当初からある診療所基金を取り崩して経営をしているが令和3年度予算で基金を使い切ってしまうと説明がありました。

特定目的賃貸住宅についても老朽化が進んでいる旨の説明があり、耐用年数を超え、必要性や有効性が低い施設は取壊しの対象になる。しかし、入居者がある場合は修繕をしていく旨の説明がありました。

▼岳の湯温泉 雲溪荘のあり方について

前回1月16日に地域内全戸宛にチラシ「使って残そう…岳の湯温泉雲溪荘!!」を配布したが、緊急事態宣言と重なってしまい大きな効力を発揮できなかった。今後県民支えあい県民宿泊事業が利用できることから、年度内にもう一度チラシの配布を検討したい。住民の方々に利用促進を図ることが検討されました。

●地域協議会はどなたでも傍聴できます。お気軽にお出掛けください。開催日時や会議内容は、市ホームページで公開しています。

武石地域協議会活動日誌

岡 地域振興課 Tel.85-2824

No.83

武石保育園

おには～そと～!



2月2日(火)

「今日は節分です。みんなの心の中にいる鬼をやっつけよう」と先生から声がかかると、外に向かって大きな声で元気よく、豆まきをしていました。



今年も元気で過ごせますよ～に!

1月12日(火)

うっすらと雪が積もった園庭に地域の皆さんからたくさんのダルマやしめ飾りが持ち寄られ大きなやぐらが組み立てられ、どんど焼きが行なわれました。

今年はコロナウイルス感染防止のためまゆ玉は作りませんでした。自分の名前と絵を描いた習字紙をやぐらの中に入れて、やぐらに火がつくと、「元気で過ごせますように」とお祈りしました。



交通事故にあいませんよ～に!

2月3日(水)

風が冷たく寒い日でしたが、園児たちは、保育園から武石地域総合センター横の道祖神まで初午引きをしました。



道祖神にお団子をお供えし、「交通事故にあいませんように」と小さな手を合わせてお祈りしました。



松枯れを防ごう

1月13日(水)～15日(金)
武石財産区松枯れ予防樹幹注入



武石財産区有林で松枯れ予防の樹幹注入作業が行われました。今年で5回目となる作業には、武石財産区議会議員や住みよい武石をつくる会、市職員が参加しました。

初日・二日目の作業は幹の計測、ドリルで穴開けと松枯れの原因となるマツノザイセンチュウの侵入・増殖防止する薬

剤ボトル1,000本を設置し、最終日に空ボトルの回収をして穴をふさぎました。

どの花を生けようかなあ

1月22日(金) 武石小学校

長野県では、花とふれあう楽しさや大切な人に花を送り喜ばれる体験をしながら、県内で生産される花に対する理解や愛着を深めてもらうため、地元産の切花を使ったフラワーアレンジメントや生け花の「花育教室」を開催しています。

武石小学校では、1年生から4年生までが授業を受け、白、黄、ピンクの3種類の色鮮やかな花の組み合わせや丈の長さを考えながら、家から持参した空き容器に上手に活けていました。



第21回たけしノルディックウォーキングIn 余里一里花桃の里

「世界で一番きれいな二週間」と自負する"余里一里花桃の里"でノルディックウォーキングをしながらお花見をしませんか。

- 日時 4月29日(木・祝)
8:30 集合
12:00 頃終了予定
- 集合場所 武石体育館駐車場
- 参加費 無料
- 定員 先着 20名
- 服装 ウォーキングのできる服装
- 持ち物 帽子、タオル、飲み物、リュック、ウォーキング専用ポール(貸出可、無料)など
- 参加申込 武石観光協会 Tel.85-2828



中止のお知らせ

分館親善スポーツ大会

3月7日(日)に予定していました分館親善スポーツ大会(ビーチボールバレー)は、十分なコロナ感染症対策がとれないため残念ながら中止とさせていただきます。

イベント

森林公園マレットゴルフ場

Tel.85-2222

■4/1(木)オープン!

令和3年度の営業を4月1日(木)から開始します。オープンを記念して、入場者(先着50名)に記念品を進呈します。

- 営業時間 9:00~17:00
- 料金 1日券/500円
(中学生以下300円)

■マレットゴルフ場 春の競技会

賞品付きのマレットゴルフ大会です。

- 開催日 4月下旬
- 参加費 500円

岳の湯温泉雲渓荘 Tel.85-2263

■小物作りワークショップ

エコクラフトテープで小物作りを行います。

(要予約、先着15名)

- 日時 4月15日(木)
10:00~15:00
- 参加費 1,500円
(材料・昼食・入浴料込)

菓栗溪谷緑の広場 Tel.86-2003

■4/20(火)オープン!

令和3年度の営業を4月20日(火)から開始します。食事や休憩、特産品のショッピングができる武石観光センターをはじめ、釣堀、キャンプ場へご家族でお出かけください。



募集

楽しい会~!!&介護予防体操

- 開催日 (毎月第1・3金曜日)
4月16日、5月7日、21日
- 時間 10:30~11:30
- 場所 武石地域総合センター
- 対象 おおむね60歳以上の方
- 参加費 無料
- その他 送迎を希望される方は、開催日の3日前までにお申し込みください。

【申込・問】

- ・社協武石地区センター Tel.85-2466
- ・武石地域包括支援センター
Tel.41-4055
- ・高齢者介護課武石地域担当
Tel.85-2119



武石デイサービスセンターやすらぎの運営が変わります

武石デイサービスセンターやすらぎについて、本年3月31日をもって公の施設としての運営(市から指定管理者として社会福祉法人上田市社会福祉協議会が運営)が終了します。

4月からは社会福祉法人依田窪福祉会がデイサービスセンターを運営します。



問 市民サービス課 Tel.85-2827

今月の表紙

武石木彫教室

宮崎 眞次さん

昭和56年、趣味と余暇を楽しめる農民美術を生涯学習活動として開設以来、80名以上の生徒が巣立ちました。

●会員募集

開講日:毎月 第1・3 水曜日 9:00~17:00

第2・4・5 水曜日 9:00~12:00

お問合せ Tel.87-3455



たけし子育て親育ち日記 37



子育て中のお父さん、お母さんに
日頃感じていることをお聞きしました。

下城 美弥雄 さん (築地原)
陽 子 さん
貞 惺 くん (6歳3カ月)



★息子よガンバレ!

保育園での出来事やお父さんと2人でいる時間などの出来事を楽しそうに報告してくれることが多くなってきた息子。

年長になり、武石保育園に転園してきてからお友達も増え、環境が変わったせいかちよつと小生意気な口調になつたなと少し心配になるときがあったり、恥ずかしそうにもじもじする姿が見られ、うまく言葉で伝えきれない自分の気持ちを一生懸命に話そうとする姿に微笑ましく思うときと、両方の気持ちを感じる今日この頃です。

★あまり虫ばっかり捕まえてくれないでね

武石では山が近く、自然だらけの環境でのびのびと育っていると思う。

草花も生き物も好きで昨年はおたまじゃくし・カエルにバッタ、てんとう虫、ワラジ虫にカブトムシなどなど…ほぼ虫ですが捕まえてきて飼いました。「ずっと、捕まえているとかわいそうだね」と逃がしてあげることまでできるようになり、命の大切さを学ぶことができる場所なんだなと私自身も学びました。

★スキンシップは多く

『ぎゅー』と抱きしめたり頭をなでてあげたりとそれだけで癒され、ストレス発散の1つになっています。

大きくなったら嫌がられること間違いなし…別のストレス発散法を考えなければ…(笑)



未就園児のあそびの広場

♪ わくわく広場

開催日	時間	内容	持ち物
4月19日(月)	10:00~11:30	こいのぼり作り	水筒、着替えなど
4月20日(火)			
4月21日(水)			
4月23日(金)			
5月24日(月)	10:00~11:30	お散歩バック作り	空ペットボトル(2ℓ)、水筒、着替えなど
5月25日(火)			
5月28日(金)			



★子育て広場開館時間
9:30~12:30
★場所 武石児童館
子育て支援室
【問】武石児童館
Tel.85-2826

▼武石のひとの動き▼ (令和3年3月1日現在)
人口 3,294人 世帯数 1,397戸
男 1,632人 女 1,662人

光・緑・人が輝く 自然環境共生都市うえだ
環境をより良くするための市民の行動指針 (上田市環境基本計画)
LED証明、省エネ家電等を選んで購入しましょう。
公共下水道等への接続又は合併処理浄化槽の設置による水酸化に努めましょう。