

武石八景案内看板除幕式

10月1日金

住みよい武石をつくる会では地域の名所などを再認識する活動の一環として「武石八景」として伝わっている場所に案内 看板の設置を計画しています。

その第一弾として、雲渓荘へ向かう途中の河童橋付近に 「乱橋の瀑布」についての案内看板が設置され、除幕式が行われました。

乱橋の瀑布

山姫の さらせる布に つつめばや あやうげもなく こゆる粗朶橋



武石保育園運動会ごっこ

10月1日金

武石保育園では、昨年に引き続き、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため運動会は中止となりましたが、「運動会ごっこ」が開催されました。

当日は雨のため、園庭で行うことができず残念でしたが、 走ってはいけない廊下でかけっこをしたり、遊戯室でリズムダ ンスを披露し、お父さんやお母さんからメダルを首に掛けても らったりと、とても嬉しそうな笑顔が見られました。



武石小学校運動発表会 10月20日 ※

武石小学校で、運動発表会が行われました。

時折小雨がぱらついたり、冷たい風が吹いたりと少し肌寒い日ではありましたが、児童は元気いっぱい、体を動かしていました。

地域自治センターだより武石7月16日号で紹介したヤギの チョコちゃんも参加し、2年生とかけっこをしました。





集まれ!仮装大賞

9月19日(日)

武石地域総合センター落成記念大会「第5回集まれ! 仮装 大賞」が武石地域総合センターコミュニティホールで開催され 8組が出場しました。

欽ちゃんの仮装大賞を模したイベントで出場経験者も出場し、武石地域の観光地を話題のピクトグラムで表現していました。出場した皆さんの工夫を凝らした作品に観客の笑い声が会場内に響きわたっていました。









雨除け庇改修落成慶祝法要

9月23日(木•祝)

薮合地区の正念寺に安置されている「川流れ地蔵尊」 に雨が当たらないよう庇が設置されました。 薮合自治会の役員で 庇完成のお祝いをするとともに、新型コロナウイルスなど疫病 の厄除け祈願を含めて法要を行いました。

「川流れ地蔵尊の由来」 についての看板も建てられている ので、皆さんも訪れてみてはいかがでしょうか。







ハーモニカ駅長の柞山さん

実りの秋の収穫祭 10月3日日

武石温泉うつくしの湯で「実りの秋の収穫祭」が行われました。

売店では、松茸や焼き芋の販売、食堂ではメニューに松茸ごはんの特別販売が行われました。ステージでは、上田電鉄のハーモニカ駅長の作山さんが登場し、「青い山脈」や「野に咲く花のように」などなじみのある6曲を演奏し、お客さんが口ずさみながらハーモニカの音色に耳を傾けていました。

その他にも、クアハウスかけ湯から講師を招いての健康体操をしたり、朝倉くるみさんのギターコンサートなどで1日中盛り上がっていました。

秋の収穫体験! 10月6日以・14日(ホ・18日(月・20日))

武石小学校では、10月6日休)に6年生が武石財産区有林で松茸収穫体験を行いました。

今年の収穫量は78本、9.2kgと昨年よりもたくさん収穫できました。

10月20日(水)の交流給食会では、松茸のたくさん入った松茸ご飯とすまし汁が登場し、口いっぱいにほおばり、「おいしい」 笑顔がこぼれていました。

10月14日(木)に5年生が保護者とともに参加し、JA信州う えだ農業協同組合の職員の皆さんとお米師匠の杮嶌さん から稲の刈り方を教えてもらった後、鎌を使い、手刈りを体 験しました。

10月18日(月)に2年生が小寺尾の畑でブロッコリーの収穫体験を行いました。収穫後はその場で茹で、採れたてのブロッコリーを味わいました。











武石地域総合センターを見学したよ!

10月12日火

武石小学校2年生が、ぼくらの住む町「武石」を知ろう~武石 町たんけん~をテーマに武石地域総合センターを見学しました。

児童からは、「地域自治センターはどんな仕事をしている場所ですか」や 「どれくらいの人が働いているんですか」などの質問があり、地域振興課の 担当職員が一つひとつ丁寧に答えていました。

施設へ初めて入る児童もいて目を輝かせながら、各部屋の説明に耳を 傾けている姿が印象的でした。





美ヶ原高原自然再生事業 秋のササ刈り 10月8日 🗎

例年、地域のボランティアの方にも御協力いただいている美ヶ原高原のササ刈りですが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、規模を縮小し、白樺平と物見石レンゲツツジ群生地内のササ刈りを武石地域自治センター職員で行いました。



●広報に写真が掲載された方には、写真データを差し上げます。希望者は地域振興課 広報担当(Tel 85-2824、E-mail:ttiiki@city.ueda.nagano.jp)まで

紫苑祭•体育祭 10月14日(水・15日)金

依田窪南部中学校で10月14日(水)に体育祭が、15日(金)に紫苑祭が行われました。

体育祭では、クラスごとに、協力して大縄跳びなどをし、紫苑祭では、各学年の代表者が総合的 学習の経過発表を行いました。

1年生・2年生の作品は各教室や廊下に、3年生の作品は体育館に展示されました。また、パソコ ン部・美術部の作品展示もあり、中学生らしい発表会になったのではないでしょうか。

最後に吹奏楽部の演奏がありました。音楽祭は、後日行う予定です。



森のスタンプラリー!! in たけし巣栗キャンプ場

10月16日生

武石観光協会主催の「森のスタンプラリー!! in たけし巣栗キャンプ場」が開催され、小さなお子様 を連れた親子、17組計42名が参加しました。イベ ントでは、斜面をそりで滑ったり、ノコギリで木を



切ったりと、巣栗キャンプ場の自然を活かしたアトラクションを親子で協力 してクリアしていました。

初めて巣栗キャンプ場に訪れた親子は、「また来たい」と武石の自然を 満喫したようでした。参加者には、抽選で武石観光協会員の施設で使える 「観光クーポン券」などが贈られました。

子檀嶺神社御柱大祭斧入れ式・山出し祭

来年4月10日(日)に予定されている子檀嶺神 社御柱大祭を控え、11月7日(日)に御柱大祭に かかわる斧入れ式・山出し祭が武石上本入焼 山地籍 (焼山国有林) において執り行われまし た。新型コロナウイルス感染症拡大防止のた め、参加者は最小限の人数で神事が執り行わ



れ、里曳きは行わず、御神木は信廣寺前の御柱安置所に安置されました。

武石ジュニアソフトテニス 大会報告会 10月27日 🗷

10月に行われた大会で活躍した武石ジュニア ソフトテニスクラブの皆さんが、武石地域総合セン ターコミュニティホールにて報告会を行いました。

大会結果(敬称略)

10/9 土 上田市民総合体育大会ソフトテニス小学生の部

女子 優 勝 輪湖 あずさ・佐藤 美里ペア

準優勝 大平 花菜・畔地 千都雪ペア

3 位 宮下乃愛琉・輪湖 美南ペア

3 位 木村 明莉・木下 葵ペア 男子 3 位 山本 晃誠・内田 櫂斗ペア

10/3 🛭 上田スポーツ少年団秋季大会

5.6 年男子 5.6 年女子 準優勝 山本 晃誠・内田 櫂斗ペア 3 位 大平 花菜・木下 葵ペア 優 勝 木村 明莉・桜井 結愛ペア

準優勝 金子 星音・伏見 美月ペア





上田市武石地域の豊かな自然の魅力を伝える写真(計11部門)

■ 応募締切 令和3年11月30日(火)

副賞

武石観光協会長賞:1名〈武石産まつたけ30,000円分 ※〉

: 各部1部(計11名)〈道の駅美ヶ原高原オリジナルグッズ5,000円分〉

:10名程度〈美ヶ原高原オリジナルピンバッジ〉

※発送は来年(2022年)秋になります。また、武石産まつたけが不作の場合は、信州産まつたけをお送りします。

■ 応募要項 ・応募点数の制限はありません。

・武石地域内で撮影した未発表作品に限ります。

・過去5年間であれば、過去に撮影した作品も応募できます。

【問】武石観光協会(上田市武石地域自治センター産業建設課内)

〒386-0592 長野県上田市下武石742 ☎0268-85-2828 FAX0268-85-2313 E-mail tsangyo@city.ueda.nagano.jp

応募方法や 注意事項などの 詳細については、 武石観光協会 ホームページを ご覧ください。

ホームページQRコード



武石地域総合セン教徒車業

整備事業

▍武石地域総合センター施設の概要

所 在 地 〒386-0592 長野県上田市下武石742番地

構 造 鉄骨3階建て 敷 地 面 積 3,784.08㎡ 建 物 面 積 1,639.25㎡ 建物延べ面積 2,599.94㎡

敷地駐車台数 24台(うち障がい者用2台)事 業 費 設計監理費 38,239,000円

建設工事費 879,978,000円 (建築主体・電気設備・機械設備・外構・太陽光発電設備等)

武石財産区製材調達 15,042,500円

設計監理 株式会社久高設計

施 エ 北澤·飯島特定建設共同企業体(建築主体)

日本ガス水道株式会社(機械設備) 千曲電業株式会社(太陽光発電設備) 石井電気工業株式会社(電気設備) 有限会社宮島工務店(外構) 株式会社川西(武石財産区製材)



AED

1階談話コーナーと3階ホワイエの2箇所に設置しています。

◆ 非常用発電機、非常用コンセント

停電でも業務に支障が出ないように、LPガス非常用発電機を設置しました。 非常用発電機で発電された電気は、センター内の赤いコンセントから供給され、赤いコンセントは、事務所、1階ホワイエ、 3階大会議室に設置しています。

◆ 冷暖房

施設内の冷暖房設備は、主に電気エアコンですが、1階ホワイエだけは、停電時でも冷暖房が稼働するよう、LPガスエアコンとペレットストーブを設置しています。

◆ 太陽光発電システム

コミュニティホールの屋根に20Kwhのシステムを設置し、省エネ、温室ガス排出量の削減に努めています。 発電の様子は、1階談話コーナーの太陽光発電システムモニターで確認できます。

◆ 上田市公衆無線LANサービス

全館でインターネットに接続ができますので、御利用ください。 インターネットの接続方法は、上田市のホームページ、館内の掲示板で紹介しています。



武石番所ケ原スキー場 12月18日(土) オープン!! (52)

標高1,300m、サラサラなパウダースノーと全長1kmの一枚バーンのゲレンデは カービングターンなどに最適!緩斜面から急斜面まであり、ゲレンデデビューのお子様から シニアの方まで、安心してご利用いただけるゲレンデです。

サラサラの雪質で 小さなお子様連れの ファミリーも安心!

*

毎月第3日曜日 小学生以下の リフト券が無料!!

今シーズンの営業について

オープン当日はリフト料金が無料となります。 安全祈願の式典終了後、午前10時頃から一般開放いた します。皆様のお越しを心よりお待ちしております。

- ●営業期間…令和3年12月18日出
 - ~令和4年3月27日回(予定)
- ●営業時間…午前8時30分~午後4時
- 問合せ……(一財)上田市地域振興事業団IEL 42-1003

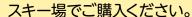
1日リフト券1,000円割引キャンペーン!!

今年の冬も〈武石番所ヶ原スキー場〉でウィンタースポーツを満喫しよう!

リフト 1日券	通常	たけし ばんしょ割
一般	3,550円	2,550円
上田市民 練馬区民	3,000円	2,000円
シニア (満50歳以上)	2,030円	1,030円
小学生	1,520円	520円

このほか、回数券や半日券、シーズン券も販売しています。

武石番所ヶ原スキー場のゲレンデリフト券の割引キャンペーンを行います!リフト1日券を1人当たり1,000円割引で販売します。リフト券は武石番所ヶ原









- 雪不足などの理由により、割引価格での提供をする場合は、本キャンペーンの対象外となります。
- 自動車運転免許証・保険証等の年齢を確認できる証明書をお持ちください。
- 本キャンペーンは他の割引券等との併用はできません。
- 本キャンペーンは上田市リフト券購入費助成事業によるものであり、予算がなくなり次第終了となります。





*

冬はやってきます。 じにくい状況ではありますが、それでも いろいろな行事が中止になり季節を感

手だという方もいるのではないでしょう 人それぞれですが、どうも寒い冬は苦

はなし。 まずは新型コロナとインフルエンザの

思い返すと新型コロナの流行は、程度は まれています。 較的小規模の流行にとどまることが見込 ザについては、この夏の南半球で大きな うがよいでしょう。一方のインフルエン ともかくとして多少なりとも覚悟したほ るかは予想できませんが、昨年のことを 流行がなかったことから、昨年同様に比 この冬にそれぞれがどのくらい流行す

どの症状が出た場合に、これらや風邪の 医療機関に相談するのがよいでしょう。 区別をつけることはとても難しいため、 発熱外来は、受診時間などの制限があ とは言え、発熱や咳、のど痛や鼻水な

手洗い、3密の回避は引き続き重要にな また、予防の観点からは、マスク着用 りますので、いきなり受診せずにまず雷

話相談して下さい。

新型コロナが流行している場合には

ー冬を乗り切るために〜

武石地域協議会活動日誌

No.87

TE 85-2824 圖 地域振興課

ください 人が集まる場所の換気は積極的に行って

いますが、室温の維持にも配慮しながら の換気が必要になります。 寒い中、換気を行うことは大変だと思

調を崩す人も見られます。 感染症とは別に、冬の寒さによって体

よくあります。 さで体が縮こまって血圧があがることも 運動不足になって体重が増えたり、寒

のでぜひやってみてください。 を動かすことで足の冷えも改善されます 簡単な足の体操だけでも良いので、 体

の予防にもなりますから、みなさん気を や風呂の脱衣室も暖房することで脳卒中 付けて過ごしてください。 なるべく暖かい部屋で過ごし、トイレ

気に春を迎えたいものです。 じょうずに冬の寒さの対策をして、 元

武石診療所長 廣瀬 聡

【令和3年度

第6回

のため中止となりました。 新型コロナウイルス感染症拡大防止

第7回

武石診療所のあり方について

域協議会から答申がありました。 基本とし、運営方針を考えてほしい」と、地 診療所のあり方」について、「診療所の継続を 4月の地域協議会で諮問のあった「武石

24時間365日の宅直制度の廃止などの提 複数の医師が関与する診療所の運営や

の方針案を作成します。 今後は、いただいた答申内容を踏まえ、市

の自治会定期送達の回覧やエリアトーク等 しています。説明会の日程は、令和3年12月 いては、令和4年1月に住民説明会を予定 市の方針案や令和4年度の診療体制につ



地域協議会会長から自治センター 答申書が渡される

上田市武石地区特定目的賃貸住宅条例の

9 月 22 日

10月20日開催

(報告·協議事項)

案をいただきました。

で周知します。

部改正について 民法の一部を改正する法律が令和4年4

にする」条例改正の説明が市民サービス課から 資格をグリーンハイツ片羽の入居資格と同様 域特定目的賃貸住宅のフラット堀之内の入居 月1日に施行することに伴い、「上田市武石地 ありました。

岳の湯温泉雲渓荘のあり方について

度より増加している。 温泉雲渓荘の利用者が、今年度は、令和2年 令和元年度・令和2年度と比較して岳の湯

営状況は厳しい状態であると説明がありまし 害、新型コロナウイルス感染症対策が重なり経 しかし、令和元年度の東日本台風19号災

武石公民館図書室及び学習室の運用について 計中と産業建設課から説明がありました。 また、7月に行ったアンケートについては、

らのアンケートにも同じ意見があり、様子を見 ていると、とてもありがたい」意見や利用者か いと、武石公民館から説明がありました。 ながら、図書室の開館時間等を増やしていきた 子で利用する方がいて、「土日に図書室が開 日の午前中に開館している状況報告があり、親 10月から平日に加え、第1土曜日、第3日曜

見直しについて 上田地域における地域協議会の設置単位の

れると事務局から報告がありました。 地域協議会」の2地域協議会への見直しがさ 増加していることから、6地域協議会から、 が、各地域協議会の開催回数の減少や自治会 役員の兼務により、会議が多く委員の負担が 「(仮)上田右岸地域協議会」と「(仮)上田左岸 現在、上田地域には、6地域協議会がある



講座のご案内

おトクに買い物!!上田を応援! デジタルチケットのスマホ講座

上田市の消費喚起応援事業の第3弾が12月から始まります。こ れまではPayPayを利用したお得な制度が今回はTicketQRで のクーポン方式に変わります。この機会に使い方を覚えておトク に買い物をしてみませんか?

日 時 12月2日(水) 午前10時から11時まで

場 所 武石地域総合センター3階 大会議室

持ち物 スマートフォン

申込み 前日までに武石公民館窓口か電話で

LINEの使い方講座

コロナ禍の中、帰省できない家族やお孫さん、遠 く離れたお友達と、スマホを使って絆を深めてみませ んか。

初心者でも大歓迎!LINEの使い方を丁寧に教え ます。

11月26日 午前10時から正午まで 日時

武石地域総合センター2階第一会議室 場所

持ち物 スマートフォン

申込み 前日までに武石公民館窓口か電話で

・1/16(日曜日)

武石公民館図書室だより

場 武石地域総合センター2階 問 武石公民館 № 85-2030

おすすめの新着本

なかや みわ/作

鎌田 歩/作

鈴木 真実/作

●開館時間:月曜日~金曜日 9時~17時、木曜日 9時~18時

●休館日:土曜日、日曜日、祝日、特別整理期間、年末年始 ※ 新型コロナウイルス感染拡大防止のため閉室の場合があります。

【児童書(絵本)】

そらまめくんのまいにちはたからもの

●せんろをまもる! ドクターイエロー

おふくさんのてるてるぼうず

●かえるくんとあたらしいおともだち

■はやおきおばけ

としょかんのきょうりゅう

■ポッポーきかんしゃよるさんぽ

●恐竜トリケラトプスとティラノクイーン

●オニのサラリーマン じごく・ごくらく運動会

ふしぎなヒーローやさん

小学館

福音館書店

マガジンハウス

小学館 服部 美法/作 大日本図書

講談社

くろだ かおる/作・せな けいこ/絵 フレーベル館

鈴木 まもる/作・絵 徳間書店

とよた かずひこ/著 アリス館

黒川 みつひろ/作・絵 小峰書店

富安 陽子/文·大島 妙子/絵

みやにし たつや/作・絵 金の星社

時間はいずれも午前9時~正午まで

図書室休日開館日のお知らせ

・11/21(日曜日)・12/4(土曜日) ・12/19(日曜日)・1/8(土曜日)

秒期1	図書館 『あおてら号』 巡回 予定表(11月~3月)	
コース	武石Aコース	武石8コース
	水曜日	水曜日
		11月24日
巡	12月8日	12月22日
	1月12日	1月26日
日	2月9日	2月23日
	3月9日	3月23日
	午後	午後
	下本入公民館	鳥屋公民館
駐	13:30~13:50	13:30~13:45
停	西武集会所	武石地域総合センター
車場	14:00~14:15	13:55~14:10
所	築地原トレーニングセンター	余里公民館
	14:20~14:30	14:20~14:35
時	特養ともしび	武石児童館前駐車場
間	14:40~14:55	15:00~15:40
	武石児童館前駐車場	
	15:00~15:40	

【小説・エッセイ・実用書】

●小説8050

●ぼくのお父さん

●犬がいた季節

●いのちの停車場

●くう、ねる、うごく! 体メンテ

林 真理子/著 新潮社 矢部 太郎/著 新潮社 双葉社 伊吹 有喜/著 南 杏子/著 幻冬舎

フェイスブックで武石 公民館の情報を発信 しています

武石公民館では講座の募集やイベ ントの様子などをフェイスブックに掲載 しています。ぜひご覧ください。



■ 就信回 武石公民館 フェイスブック QRコード

第32回ともしびの里: 駅伝大会は中止と なりました。

崎田 ミナ/著

10月24日(日)に予定していました 第32回ともしびの里駅伝大会は、コ ロナの感染拡大防止のため中止とさ せていただきました。

ともしびの里文化祭

10月30日生)・ 31H(H)

第48回ともしびの里文化祭が10月30日出、31日回に

武石地域総合セン ターコミュニティホー ルで開催されました。 コロナ禍の開催でし たが、総勢、約15もの 団体と個人が出展し、 会場を華やかに彩りま





イベント

武石温泉うつくしの湯

TEL 85-3900

▶お楽しみ忘年会

- ●期 日 12月21日(火)
- ●内容 ビンゴゲーム 他 ゆず湯を準備しています。

▶お年賀の進呈

- ●期 日 1月1日出
- ●内容 先着500名様に招福ティッシュ ボックスを進呈

岳の湯温泉雲渓荘 № 85-2263 ▶小物作りワークショップ

話題のエコクラフトテープで小物作り。 作った小物はお持ち帰りいただけます。 (要予約)

●日 時 12月9日休

1月13日(木) $10:00 \sim 15:00$

●参加費 1,500円(材料・昼食・入浴代込)

武石森林公園マレットゴルフ場

TEL 85-2222

▶冬の競技会

- ■期 日 12月上旬
- ●内 容 賞品付きのマレットゴルフ競 技会
- ●参加費 500円(プレー代別途)

武石ともしび博物館

TEL 85-2474

▶秋の作品展

- ●内 容 上田切り絵の会と武石児童館 の作品展示
- ●期 日 11月2日以~ 11月25日(木)
- ●時 間 9:00~16:00 (最終入館15:30)
- ●休館日 月曜日、祝日の翌日
- ●入館料 作品展のみの観覧は無料



お知らせ

年末年始休業のお知らせ

- ★武石診療所
- Tel 85-3308
- ●休診日 12月29日(水)~1月3日(月)
- ★武石スマイル号 Tel 41-4555
- ■運休日 12月29日(水)~ 1月3日(月) ご利用の皆様には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。

人権・悩みごと・行政相談

人権擁護委員、行政相談委員が相談をお 聞きします。

- ●日 時 12月6日(月) 10:00 ~ 12:00
- ●場 所 武石地域総合センター 2階
- 間 市民サービス課 Tel 85-2827

野沢菜収穫即売会中止

例年好評をいただいている野沢菜収穫即 売会は、新型コロナウイルス感染症拡大 防止の観点から作付けを中止しました。

間 産業建設課 Tel 85-2828



募集

楽しい会~!!&介護予防体操

- ●開催日 (毎月第1・3金曜日) 12月3日・17日、1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 申込み不要。ただし、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

普通救命講習会

- ●日 時 令和4年2月5日出 9:00~12:00
- ●場 所 依田窪南部消防署会議室
- ●内 容 普通救命講習 I 心肺蘇生法(胸骨圧迫・人工 呼吸)、AEDの使い方、止血法、 異物除去法
- ●参加料 無料

講習修了者には修了証を交付します

电 間 依田窪南部消防署 救急係

Tel 68-0119

古着回収

新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため延期しておりましたが、下記のとおり 丸子地域と合同で実施します。

●日 時 12月18日出 10:00~12:00 ●場 所 丸子文化会館

【回収できるもの】

スーツ・ジャケット・セーター・フリース・コート・ ズボン類・着物・ジャンパー・シャツ・パジャマ 類・シーツ・毛布・バッグ・靴・スカーフ・ネクタ イ・タオル・子供服・ぬいぐるみ・靴下 等

【回収できないもの】

よごれている物・臭いがついている物・濡れて いる物・穴あき・破損している物・カーテン・ダ ウン類・はんてん・布団類・マフラー・学生服・毛 皮・革製品・長靴・ブーツ・下着類

※洗濯済みで、きれいなもののみ回収可。靴下・下着類は、未使用品のみ回収可。

●その他 畳んで透明な袋に入れること マスク着用・手指消毒をお願いします 📵 市民サービス課 🗈 85-2312

未就園児のあそびの広場

♪ わく 広場 【問】 武石児童館 № 85-2826

開催日	内 容	持 ち 物		
12月13日(月)				
12月14日(火)	お正月飾り作り			
12月17日金		 水筒、着替えなど		
1月11日(火)		小川、旧日八水と		
1月12日(水)	お正月遊び工作			
1月14日金				

★児童館 (子育て支援室) 開館時間 9:30~12:30

※来館人数によっては、ひろば利用ができないこともあります。予めご了承ください。





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。

★子育てをする中で・・・

長男が感じていることや考えていることが私たちの想像を超えてくるので、面白いです。長男の感情表現方法が○・△・× なので分かりやすく、怒られた時の言い訳が△(セーフ)を使うことが多いので、笑わないようにすることが大変です。

次男は愛嬌があり、あやした時の笑顔がとてもかわいいです。

また、長男が泣いて騒いでいる時は、冷たい視線を送ることがあるので、その表情が「赤ちゃん」ではなく「赤さん」な感じがあり楽しいです。

子どもたちと関わる中で、嬉しい時・怒った時に自分の内面を知ることができ、新しい発見や、学びがあって毎日が面白いです。

★武石に来て約2年

自然がたくさんある武石。

小さい頃からたくさんの植物や昆虫・生き物に触れる機会があることは、命の大切さや興味をもつ対象を見つけることに継がるので、とてもいい環境だと思います。

地域の人との関わりの中であいさつはコミュニケーションをとるための最初のステップにもなり、顔見知りにもなれるので、地域の人とのあいさつをとても大切にしていることもいいなと思いました。

保育園に通っていない未満児にも、子ども同士で遊べる機会がもう少しあればいいなと思います。

★毎日の生活の中で

子どもたちの個性を認めることと、感情的に怒ってしまった時は、自分が怒り過ぎたことを認め、子どもに謝ることを心がけています。

忙しい日々の中で家事は短時間に効率よく、動線を考えて、寝る前に頭の中で計画してスムーズに行うことです。夫にも家事を手伝ってもらっています。

ストレスを感じていると思ったときは、自分の気持を認め、子どもと一緒に アニメ・まんがを見て現実逃避をしてストレスを発散しています。時には夫に 今日の出来事を聞いてもらいストレス発散をしています。



武石地域の農業委員及び農地利用最適化推進委員の紹介



令和3年7月20日(火の上田市農業委員会臨時総会で新たな農業 委員が任命され、農地利用最適化推進委員が委嘱されました。 任期は令和3年7月20日から令和6年7月19日までの3年間です。

〈敬称略〉

氏	名	役 職	担当地区
池内	英夫	農業委員	武石上本入·武石下本入
鈴木	三千夫	農業委員	上武石·武石小沢根·武石余里
伏見	貴昭	農地利用最適化推進委員	下武石·武石鳥屋·武石沖

(氏名の順は写真左から)



▼武石のひとの動き▼ (令和3年11月1日現在) 人口 3,280人 世帯数 1,401戸 男 1,629人 女 1,651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) 地域内で生産された農畜産物を積極的に購入し、地産地消に 努めましょう。