

地域自治センターだより

さなだ

2022

1
月号

No.84



「迎春」

(公社) 上田地域シルバー人材センターわら細工班のみなさんによって門松やしめ飾りなどの製作が行われ、上田市内だけでなく軽井沢町や千曲市など、県内各地から約 1,200 件の注文がありました。

完成された門松などは、全体のバランスを見ながら一つ一つ手作業で作られたもので、竹の切り出しから配送に至るまで、心のこもった丁寧な作業が行われていました。



真田地域協議会だより

問 真田地域振興課 有線2015

☎ 7212202

◆ 第八回真田地域協議会 (令和3年11月24日開催)

◆ 第九回真田地域協議会 (令和3年12月21日開催)

全三回を経て協議してきた、三つの分科会テーマでの協議結果について、全体会に報告を行いました。
それぞれの最終報告内容は、地域自治センターだより「さなだ」三月号に掲載予定です。

ドローンを活用した 遭難救助セミナーが開催されました

菅平湯の丸地区山岳遭難防止対策協会は、令和3年度「地域発元気づくり支援金」を活用し、遭難者の早期発見につなげるため救助用のドローンを購入しました。

11月9日には、サニアパーク菅平で協会関係団体や地域住民約30名が集まり、ドローンを活用した遭難救助セミナーが開催されました。

山岳やスキー場を抱える菅平地域での遭難発生に備え、安全・安心な地域づくりにつなげていくことを目指しています。



(令和3年度長野県地域発元気づくり支援金事業)

真田の郷まちづくり推進会議

地域づくり総会 及び 真田の郷防災講演会 開催のお知らせ

日時：令和4年 2月 20日(日) 13時受付開始
会場：真田中央公民館 (上田市真田町長 7199 番地 1)

第1部 地域づくり総会 13時30分から

真田の郷まちづくり推進会議の取り組みをご紹介します。

第2部 真田の郷防災講演会 14時から

講師に工学博士・技術士の宇津木 慎司先生をお招きし、3Dハザードマップで地域の危険個所を確認します。ご自身やご家族を守るための提案をお話ししますのでぜひご参加ください。

※総会及び講演会には**事前の申し込みが必要**です。

※講演会のみ参加も可能です。

参加をご希望の方は真田の郷まちづくり推進会議事務局までご連絡ください。

〈申込先〉真田の郷まちづくり推進会議 TEL/FAX 0268-55-9422

災害時の 避難所の開設状況や、 道路の通行規制状況がわかります！

～上田市防災ポータルサイト開設～



災害時に備え、スマートフォン等へ、お気に入り登録（ブックマーク等）をお済ませください。

ポータルサイトで
確認できる情報は？

！ 緊急情報

📍 避難場所

📢 避難情報

📋 通行規制情報

📋 防災気象情報

！ 特別警報

！ 警報

！ 注意報

！ 土砂災害警戒

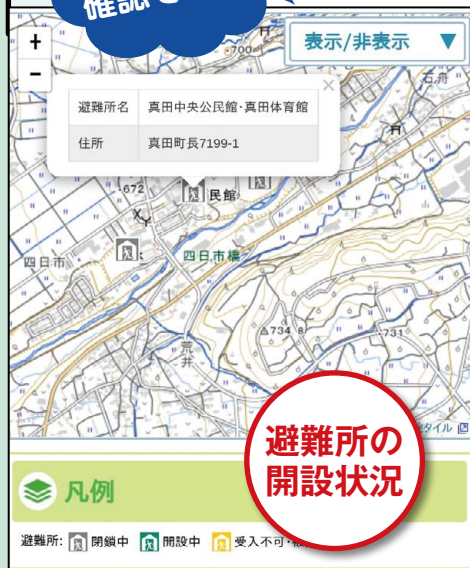
📢 市からのお知らせ

🔍 ハザードマップ

🌐 リンク



地図上で
確認できる！



避難所の
開設状況



通行規制
情報



ハザード
マップ



「運賃低減バス」を運行しています

上田市の路線バスの乗車運賃を、上限 300 円と 500 円に設定した「運賃低減バス」を運行しています。

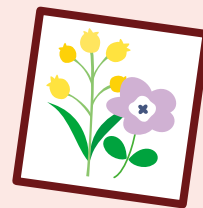
バスの利用者が増えない場合は、ダイヤの見直しや減便、路線が廃止される可能性があります。

ですが、路線バスは、私たちの暮らしになくてはならないものです。多くの人が利用することで、地域の足を守ることにつながりますので、次の世代にバス路線を残していくためにも、積極的なバス利用をお願いします。

「ギャラリーバス」が運行されます

真田地域で活動されている文化団体のみなさんの写真、書画、押し花、切り絵などが車内に展示されたバスが運行されます。真田の美しい写真や、心あたたまる書画など力作をご覧ください。

期 間：2月1日（火）～2月28日（月）
路 線：菅平線、真田線（渋沢線）、傍陽線



問 真田地域公共交通利用促進協議会（建設課内） 有線 2089 ☎ 72-4331

真田地区民生委員・児童委員協議会

民生委員・児童委員は、地域福祉の **身近な** 相談相手

令和4年は委員の一斉改選があります



真田地区民児協 会長
山口三千夫さん

真田地区民児協は、主任児童委員2人を含めた30人で活動しています。上田市の単位協としては委員数が一番大きな組織です。毎月12日の定例会では、講習会、学校関係との懇談、施設視察等を行って福祉知識の向上に努めています。

真田地区の良い面とを感じる特徴

①住民支え合いマップの管理を自治会長に統一



災害時要援護者登録制度の住民支え合いマップを自治会長が管理し、要援護者登録台帳や避難計画書は民生児童委員が管理して災害時に連携。

②年一度の普通救急救命（AED）講習



真田消防署のご指導をいただき委員全員が受講。退任委員がその知識で救命処置して一命を救った実績があります。

改善すべき課題

委員改選時に、1期（3年）で再任する委員は1割程度。他地区でも再任率は下がり、人材も少ない傾向にあります。全国、県でも6割は再任されており、真田地区でも半数は再任できればと思います。

①真田地区民生児童委員の分野別の相談支援件数 (令和2年3月～令和3年2月)

	民生児童委員	主任児童委員
高齢者に関すること	347	0
障がい者に関すること	54	0
子どもに関すること	23	56
その他	99	6
計	523	62

②相談・支援以外の活動件数 (令和2年3月～令和3年2月)

	民生児童委員	主任児童委員
調査・実態把握	331	8
行事・事業・会議への参加協力	363	14
地域福祉活動・自主活動	273	139
民児協運営・研修	242	29
証明事務	44	3
要保護児童の発見の通告・仲介	0	3
計	1,253	196

※民生児童委員とは

民生委員は、厚生労働大臣から委嘱され、それぞれの地域において、常に住民の立場に立って相談に応じ、必要な援助を行い、社会福祉の増進に努める方々であり、「児童委員」を兼ねています。

水道水源の変更について

水道事業では、平成26年度から水源を^{あずまやさんろく}四阿山麓に発し、良質で豊富な水量の水が湧き出ている、大日向地区のつちやの沢と滝の入沢川の2箇所の水源整備事業に取り組んでおります。

つちや水源の整備事業が進捗したことにより、長及び本原地区の大半において現在の水源からつちや水源に1月を目途に順次切り替え、給水を開始する予定です。改めて、関係する皆様に感謝申し上げます。

この水源整備事業では、良質で安定的な水量の水が確保出来るだけでなく、浄水場やポンプ場の廃止による経費削減なども見込まれていることから、早期の事業完成を目指し、引き続き取り組んでまいります。

問 上水道課 ☎ 72-4253

さなだスポーツクラブ からのお知らせ

新型コロナウイルス感染症の状況により、随時ホームページを更新していますのでご確認ください。

「さなだスポーツクラブ」で検索、または直接お問い合わせください。

問 さなだスポーツクラブ

有線 2035 ☎ 72-2657

<https://sanada-sc.gicz.tokyo/>

古着回収にご協力いただき、ありがとうございました！

昨年11月13日（土）に行いました真田地域の古着回収については、お寒いなか、大勢の皆様にご協力いただき、大変ありがとうございました。おかげさまで、回収量は前年度（令和2年度）の1,380kgとほぼ同量の1,390kgとなりました。これらは海外で有効活用されます。

今年もごみの減量化・リユース推進のため引き続き実施していく予定ですので、皆様の更なるご協力をお願いいたします。



問 真田市民サービス課（生活環境担当）有線 2046 ☎ 72-0154

市県民税の申告日が地区割りに～申告会場のコロナ対策～

新型コロナウイルス感染症の拡大防止に配慮し、今年度もお住まいの地区ごとに申告日を割り振らせていただきます。ご理解ご協力をお願いします。

詳しくは、1月16日付で自治会を経由して配布される「市民税・県民税申告の手引」でご確認をお願いします。



上田市ホームページでも確認できます。

会場：真田地域自治センター（土日は除く）

申告日	自治会	対象地区
3月2日（水）	つくし・横尾・四日市	長
3月3日（木）	真田・十林寺・石舟・戸沢	
3月4日（金）	大日向・角間・横沢 穴沢・三島平	
3月7日（月）	菅平 入軽井沢・岡保	傍陽 長
3月8日（火）	傍陽中組・大庭・萩	傍陽
3月9日（水）	曲尾・田中・下横道	
3月10日（木）	中横道・上横道	
3月11日（金）	上原・下郷沢・小玉上郷沢・赤井・下塚・竹室・荒井・町原	本原
3月14日（月）	中原・表木・大畑	
3月15日（火）	下原・出早	

※割振日に申告できない方については、別の日程やサントミューゼなど別会場にお越しください。

会場に行かなくても申告ができます！

- ・申告書は、真田地域自治センターに設置する提出箱への投函や郵送でも提出いただけます。
- ・「所得税の確定申告」が必要な方はインターネットを利用した電子申告をご利用ください。

問 税務課（市民税係）☎ 23-5115



幸村さまと 十勇士たち

仕事はじめ



すてきなプレゼントをありがとう

カメラニュース

地域の中の様々な出来事や話題をお届けします。

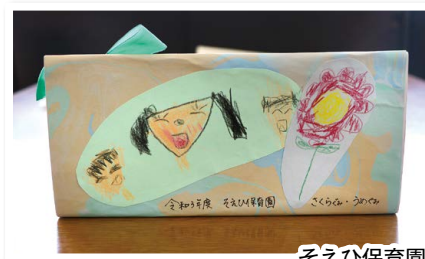


さなだ保育園



勤労感謝の日にちなみ、11月18日にさなだ保育園のみなさんから、12月9日にそえひ保育園のみなさんから、「いつもありがとうございます」という明るい声と一緒に、似顔絵付きの手作りカレンダーをいただきました。

すてきなプレゼントをありがとうございます。大切にに使わせていただきます。



そえひ保育園

第15回大日向新そばまつり

今回で第15回となる大日向新そばまつりが12月5日に開催されました。

大日向地区では遊休農地を活用してそばの栽培を行っており、この日は石臼挽きした香り高いそば粉を使用する二八そばがふるまわれました。

会場には真田地域外の方も訪れ、盛りそばや温かいお煮掛けそばなどを楽しんだほか、販売されているそばクッキーやそば粉使用のパウンドケーキなどを「家族へのお土産に」と袋一杯に購入されるなど、大日向産のそばを満喫されていました。



第22回さなだの郷 野沢菜まつり

11月19日～21日の間、傍陽中組地区、下郷沢地区、竹室地区では各活性化組合による野沢菜まつりが開催されました。

毎年恒例となっている野沢菜まつり。会場に訪れた方は、晴天の中、畑に広がる青々とした野沢菜の収穫や、販売されている地元の農産物などを楽しんでおり、今年も大好評となりました。





がん健診、定期的に受けていますか？

あらゆる病気の中で、最も死亡率の高い病気が「がん」とされており、平成30年の上田市の死亡者のうち25.1%、約4人に1人の方が「がん」が原因で命を落としています。

上田市のがんによる死亡の部位別割合をみると、男性は「肺がん」女性は「大腸がん」が最も多くなっています（長野県衛生年報）。また、生涯でがんと診断される人の割合は、全国で男性65.0%、女性

50.2%（国立がん研究センター 2018年データ）で、2人に1人の方がかかると言われている、誰がかかってもおかしくない病気です。

しかし、不治の病と言われていたがんも、検査方法や治療の進歩により現在では発見が早いほど治る確率は高く、特に進行していない初期の段階で発見し、適切な治療を受ければ9割の方が完治すると言われる、治る病気となってきました。初期の段階で発見するためには、定期的ながん検診を受けることが大切です。

上田市ではがん検診を実施しています

上田市では、厚生労働省「がん予防重点健康教育 及び がん検診実施のための指針」に基づき、がん検診を実施しています。
希望される方は、「令和4年度上田市各種検診申し込み（緑色の封筒）」（令和4年2月配布予定）でお申し込みください。なお、すでに気になる症状がある場合には、がん検診の時期を待たずに、早めに医療機関を受診してください。症状に合った検査をすることで、早期治療につながります。また、がん検診を受けた結果、精密検査が必要となった場合は、「がんを否定できない」状態と言えます。なるべく早く医療機関にて精密検査をお受けください。

種類	検査項目	対象者（年度内に該当年齢になる方）	受診間隔
胃がん検診	エックス線検査	40歳以上	1年に1回
肺がん検診	エックス線検査	40歳以上	1年に1回
	らせんCT検査※	50歳、55歳、60歳、65歳、70歳、75歳	5年に1回
大腸がん検診	便潜血検査	40歳以上	1年に1回
乳がん検診	超音波検査※	30歳～39歳の女性	1年に1回
	マンモグラフィ検査※	40歳以上で偶数年齢の女性	2年に1回
子宮がん検診	細胞診検査	20歳以上で偶数年齢の女性	2年に1回

※肺がん検診（らせんCT検査のみ）・乳がん検診は**完全予約制**となっています。

問 真田保健センター 有線 2053 ☎ 72-9007

台風19号からの復興 ～復旧状況～

一級河川 **半田入谷川** 施工中(令和4年3月末 完成予定)

県事業 公共土木施設災害復旧工事（三島平地区）

着工前



施工状況



川寄橋 完成

市事業 農業用施設災害復旧工事（渋沢地区）

着工前



完成





真田図書館通信



おすすめの新着本

一般書

イギリス王室 1000 年の歴史
漫画 伊藤千代子の青春
解きたくなる数学
オオカミ
聴カリセット
気まぐれ断食
大人めがねスタイル
けいとのパンツ
藤井ちゃんこ
FOOD ANATOMY 食の解剖図鑑
楽するスープ&みそ汁
柑橘のお菓子とデザート
魅惑のプリン
おうち野菜づくり
多肉植物スタート BOOK
保護犬と暮らすということ
暮らしの中の二十四節気
K の昇天
御坊日々
星を掬う

指 昭博 / 監修
ワタナベ コウ
佐藤 雅彦 / 監修
トッド・K. フラー / 著
八島 隆敏 / 著
石川 威弘 / 著
主婦の友社 / 編
日本ヴォーグ社
藤井 恵 / 著
ジュリア・ロスマン / 文・絵
新谷 友里江 / 著
江藤 英樹 / 著
も。けん / 著
宮崎 大輔 / 著
黒田 健太郎 / 著
扶桑社
黛 まどか / 著
梶井 基次郎 / 著
畠中 恵 / 著
町田 そのこ / 著

児童書

オールカラーマンガでわかる! 政治と選挙のしくみ 木村 草太 / 監修
観察! いきものたちの夜のすがた 1 汐文社
まいにち 1 分おんどく大百科 366 陰山 英男 / 監修
クリスマス・ピッグ J. K. ローリング / 著
おかしのかみさま サトウ ヒロシ / 作・絵
ごっつあん! うまいもんずもう 岩田 明子 / 作
ちいさなおじさんとおおきな犬 パールブロー・リンドグレン / 文
ちちんぷいぷい 谷川 俊太郎 / ぶん
ニュートンリキがく for babies クリス・フェリー / さく
のりものクッキー 彦坂 有紀 / 作
ほんやねこ 石川 えりこ / 作
魔女のマジョランさん世界一まずいクッキーのひみつ 石井 睦美 / 作
ねこのふくびき 木内 南緒 / 作
カティとつくりかけの家 福井 さとこ / 作・絵

郷土の本

「松本モデル」の挑戦 中村 雅彦 / 著
たったこれだけでびっくりするほど
おいしくなるコツ教えます 金澤 光久 / 著

真田図書館に待望の図書除菌機 が入りました

たくさんの方が利用される図書館の本は意外に汚れています。図書館の本を安心して読んでいただくために、真田図書館正面入り口の自動ドアのとなりに本の除菌機を設置しました。

図書除菌機は、本の下からファンで風を送り、風で本が開いた状態で紫外線をあてて、表紙とページの除菌・消臭抗菌を行います。音も静かで簡単な操作で使うことができます。ぜひご利用ください。



●使用方法 (※本の出し入れに注意してください。)

1. 本体のドアを開け、本を設置台に置く。
(一度に6冊まで)
2. ドアを閉めて、スタートボタンを押す。
3. 除菌・消臭にかかる時間は約 30 秒。
4. 止まったら、ドアを開けて本を取り出す。
5. 使用後はドアを閉める。

▶注意事項

真田図書館で借りた本のみを使用してください。
除菌のとなりに手荷物置き場があります。お忘れ物のないようにご利用ください。



真田図書館 休館日カレンダー

赤丸が休館日です

開館時間 火～金：9時～18時30分 土日：9時～17時

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

2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	⑳	22	23	24	25	26
27	28					

3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	⑳	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

新型コロナウイルス感染症の状況次第では、臨時休館や、利用サービスの一部制限をすることがあります。