

武石

No.89



保育園お餅つき
(詳細は3ページに掲載)

▼目次

- P1 表紙
- P2～3 武石の話題 ★PickUp★
- P4～6 武石公民館だより
- P7 武石地域協議会活動日誌
武石地域総合センター整備事業通信
武石診療所通信
- P8～9 武石診療所のあり方・方向性
- P10 岳の湯温泉雲溪荘アンケート調査結果
- P11 お知らせ&イベント
- P12 たけし子育て親育ち日記

焼き芋交流会 11月10日(水)

武石小学校1年生児童31人と武石保育園年長児10人が武石小学校校庭で、焼き芋交流会を行いました。

児童は、自分たちで考えた遊び「〇△□鬼ごっこ」や「だるまさんがころんだ」を園児と楽しみ、思いっきり校庭を駆けまわった後、熱々の焼き芋をおいしそうにほおばっていました。



令和3年度 上田市優良建設工事表彰を受賞 11月12日(金)

令和3年度上田市優良建設工事表彰式がサントミュージゼで開催されました。

令和2年度に竣工した上田市が発注する請負金額が500万円以上の工事成績評定点が85点以上の建設工事が対象で市内に本社がある建設業者、または市内に本社がある建設業者を含む共同企業体が施工した工事129件の中から優良建設工事審査会で審査し、11件が選定されました。

その中から、武石地域で建設工事を行った業者が4社とその現場代理人が表彰されました。



児玉興業株式会社 代表者 児玉 善人 さん
現場代理人 齋藤 賢一 さん

令和元年東日本台風に伴う災害復旧事業として、美しの国別荘地や岳の湯温泉雲漢荘へ通じる道路の土留工の復旧及び舗装の打換え工事に対して表彰されました。



北澤・飯島特定建設工事共同企業体
代表者 北澤土建株式会社 北澤 隆洋 さん
株式会社飯島建設 飯島 崇夫 さん
現場代理人 渡辺 良三 さん

武石地域自治センター、武石健康センター、武石地域教育事務所、武石公民館、武石老人福祉センター寿楽荘を統合した武石地域総合センター建築主体工事に対して表彰されました。



三共テック株式会社 代表者 須江 啓一 さん
現場代理人 小市幸治郎 さん

武石余里地区における主要道路の舗装打換え工事に対して表彰されました。



石井電気工業株式会社 代表者 石井 懋人 さん
現場代理人 金井 康 さん

武石地域総合センターの建設に伴い施設の電気設備の整備に対して表彰されました。



秋の夜灯り 11月13日(土)

武石ともしび博物館で、☆一夜限りの夢灯りの世界☆と題し、「上田切り絵の会」と「武石児童館」の作品展が行われました。

竹灯籠や行灯、ランタンを約300基用意し、廊下や階段、石橋に並べ、灯りをともしました。

訪れた約180人の来館者が、幻想的な世界に浸りながら、夜のともしび博物館を楽しんでいました。



手作りろうソクでクリスマス♪

12月7日(火) ともしび博物館でろうソク作り
&12月24日(金) 武石保育園クリスマス会

武石保育園の年長児10人がともしび博物館でろうソク作りに挑戦しました。

溶かしたピンクと水色のろうに芯を浸しては冷ますという作業を繰り返し、クリスマス会に使う素敵なろうソクが完成しました。

クリスマス会では、作ったろうソクを持った年長児が、各組の部屋の前に2人ずつ立ち、ろうソクに火がともされるとクリスマス会が始まり、サンタさんが登場しました。サンタさんからプレゼントをもらった園児は嬉しそうに袋の中を覗き込んでいました。



つきたておもち、おいしいよ! 12月10日(金)

武石保育園でお餅つきが行われました。

月組さんから花組さんまで54人の園児がお餅つきに挑戦しました。

園児たちは、「よいしょ〜!よいしょ〜!」の掛け声とともに、先生に協力してもらいながら、力いっぱいお餅をついていました。ついたお餅は約11キロ。お昼には、あんこときな粉とゴマのつきたてのお餅を美味しく食べました。



「税に関する中学生の標語」授賞式 12月15日(水)

税の役割と期限内納税の重要性を正しく理解していただくため、市内中学校を対象に納税標語の募集をしたところ866作品が寄せられ、上田市をはじめ、各関係機関で審査した結果、依田窪南部中学校3年生9名(武石5名、長和町4名)の作品が各賞を受賞しました。その中から、武石地域の生徒の作品を紹介します。



左から、山岸朔冬さん、橋詰実由さん、齋藤舞衣さん、齋藤颯汰さん、滝沢天基さん

【上田市長賞】

税金で つながる社会 広がる未来
税金を 納めて作ろう 笑顔の束

さいとう そう た
齋藤 颯汰さん
たきざわ てん き
滝沢 天基さん

【上田税務署長賞】

税金で 広がる未来 みんなのために

やまざし さく と
山岸 朔冬さん

【上小・更埴租税教育推進協議会長賞】

税金で 笑顔あふれる 国づくり

さいとう ま い
齋藤 舞衣さん

【上田間税会長賞】

考えよう 日本を支える 消費税

はしづめ み ゆ
橋詰 実由さん

地域発 元気づくり大賞受賞 12月23日(木)

武石風土つなぎ隊(隊長柳沢裕子さん)が、令和2年度に「地域発 元気づくり支援金」を活用して実施された上田地域振興局32事業の中から優良事例(県知事表彰)に選定され、さらに県下10地域359事業の中でも際立つ成果が認められ、大賞に輝き、優良事例と大賞の表彰式が県上田合同庁舎で行われました。武石風土つなぎ隊は、平成25年から地域の賑わいを取り戻すため、おさんぽギャラリーなどのイベントを通じた地域活動を続け、令和2年度に交流拠点「つなぐ家」を開設しました。今では「つなぐ家」「地域発元気づくり支援金」事業優良事例表彰式を中心に新たな「つながり」と「広がり」を見せコロナ禍の厳しい環境の中でも「元気と工夫」で地域を盛り上げていることが評価されました。



古着回収 12月18日(土)

丸子地域と武石地域合同企画の古着回収が丸子文化会館で行われました。前日の夜に降り積もった雪の中、開始前から、たくさんの方が、古着やかばん・バッグ、くつ、ぬいぐるみなどを持ち込み、ごみ減量アドバイザーの方たちがチェックをし、受け付けていました。

回収量は次のとおりです。

古着・古布類	1,800 kg
くつ	30 kg
かばん・バッグ	40 kg
ぬいぐるみ	30 kg
合 計	1,900 kg



回収された古着等は東南アジアへ送られ再利用されます。ご協力ありがとうございました。

レッツちゃれん児

国営アルプスあずみの公園 11月13日(土)

新型コロナウイルス感染症拡大防止により長らく中止となっていたレッツちゃれん児が国営アルプスあずみの公園で開催されました。

公園ではクラフト制作やクイズラリーなど親子揃って楽しい一日を過ごしました。



熱気あふれる大会に

11月28日(日)

第26回 ともしびの里ソフトバレーフェスティバル

武石体育館で、第26回ともしびの里ソフトバレーフェスティバルが開催されました。新型コロナウイルス感染症の影響もあり参加チーム数は10チームと例年に比べると少数でしたが、寒さに負けない激しいラリーの応酬も見られ、熱気ある大会となりました。



青年期の渋沢栄一と武石地域の関係とは？

公民館講座 武石と渋沢栄一

12月12日(日)

大河ドラマ「青天を衝け」では主人公として取り上げられている渋沢栄一と武石地域について、児玉卓文先生による講演会が武石地域総合センター大会議室で行われ、多くの方が集まりました。青年期の渋沢の事業や武石地域との関わり等について、現在に残る詩などの資料にも触れながら、当時の社会情勢を踏まえたお話を伺いました。



性的少数者について知る

武石地域人権教育講演会 11月6日(土)

武石地域総合センターコミュニティホールで、人権講演会が行われました。講師にシンガーソングライターの伊藤ひよりさんをお迎えし、幼いころから性同一性障害に悩んできた自身の経験談を交えてLGBTQについてお話いただきました。日本の性的マイノリティの人は「8.9%」11人に1人はいるといわれています。公演中には、オリジナル曲の披露もあり、最後は、アンコールのリクエストも飛び出すなど和やかな一幕もありました。

多様な性について考えるととても良い講演会となりました。



靴飛ばし“あした天気にな〜れ”

第6回晩秋の武石スポーツ祭り

11月14日(日)

第6回晩秋の武石スポーツ祭りが武石総合グラウンドで行われました。3年ぶりの「靴飛ばし大会」をメインに、ニュースポーツに挑戦していました。また、シャボン玉、バルーンアートのコーナーでは、子どもから大人まで楽しめる企画に、約200名が参加しました。

キッズダンス教室の皆さんによる来場者参加型のイベントも催され、来場者は元気いっぱい体を動かしていました。



人権の集い

12月11日(土)

丸子文化会館セレスホールで「第49回ふれあい人権の集い2021」が開催されました。今年は、地域の子どもたちが人権についての作文発表や音楽、演劇を披露し、それぞれ素晴らしい作品が見られました。

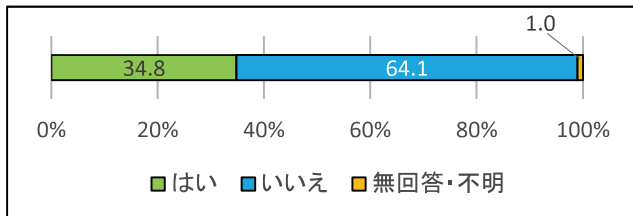


武石公民館図書室の利用に関するアンケート結果について

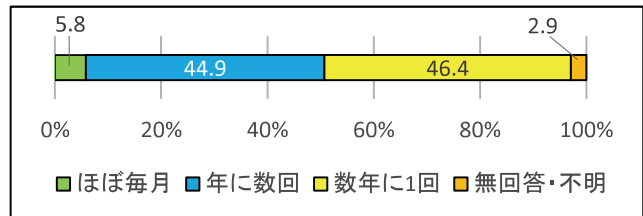
武石公民館において、10月に実施しました「武石公民館図書室の利用に関するアンケート調査」について、集計結果を報告いたします。調査にご協力いただきありがとうございました。

調査の対象者	武石地域の15歳以上の住民から無作為に抽出した500人	調査期間	令和3年9月下旬から10月29日まで
回答者数	198人(回答率 39.6%)	調査項目	下記のとおり

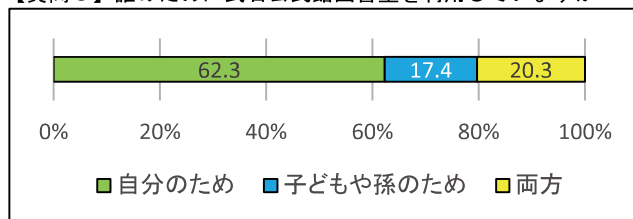
【質問1】 武石公民館図書室を利用したことがありますか



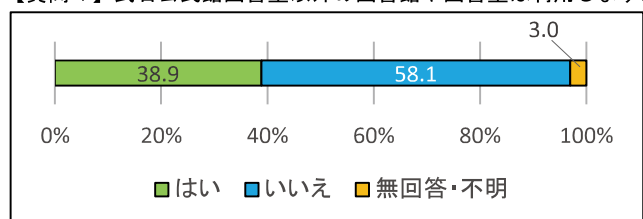
【質問2】 どのくらいの頻度で武石公民館図書室を利用していますか



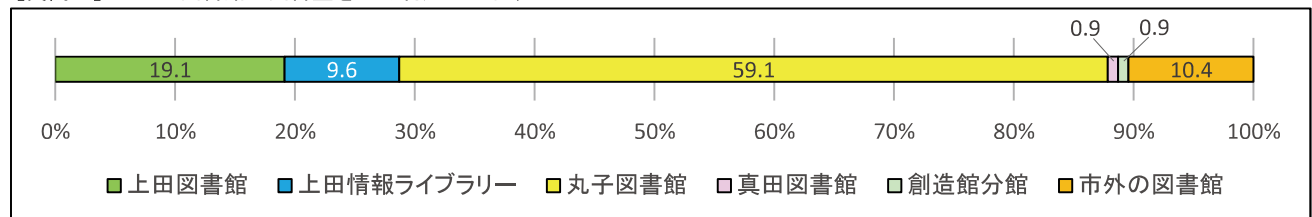
【質問3】 誰のために武石公民館図書室を利用していますか



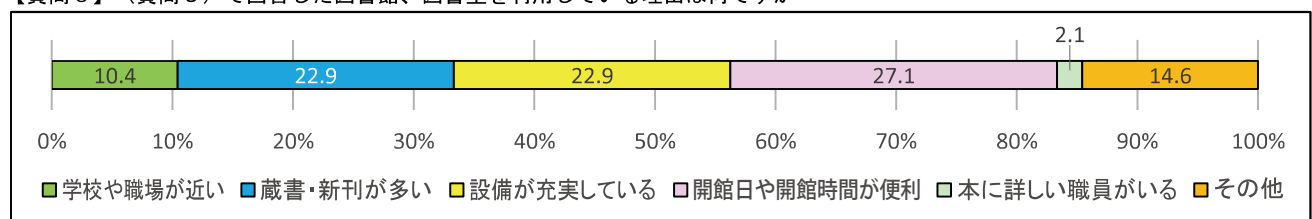
【質問4】 武石公民館図書室以外の図書館や図書室は利用しますか



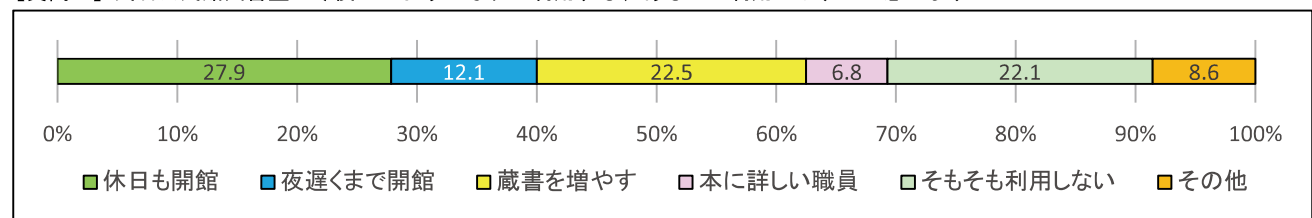
【質問5】 どの図書館や図書室をよく利用していますか



【質問6】 (質問5) で回答した図書館、図書室を利用している理由は何ですか



【質問7】 武石公民館図書室が今後どのようになれば利用する、あるいは利用しやすいと思いますか



武石公民館図書室は現在、平日の午前9時から午後5時まで開館していますが、調査の結果から休日の開館や時間外の開館を望む声が多数ありました。

10月から利用者のニーズを把握するため、試行的に第1土曜日と第3日曜日の午前9時から正午までを休日開館日として図書室を開放しています。また平日は、毎週木曜日を延長開館日とし、午後6時まで開館しています。

今後もアンケートの集計結果を参考に、公民館図書室の運営方法を検討してまいります。

詳細な調査結果は
上田市ホームページに
掲載しています。



図書室 へ GO!

こんにちは！
私は上田市上下水道局のマスコット
キャラクターあかりちゃん！
今日は私が新しくなった
武石公民館の図書室を冒険するよ。
私は本が大好きだから
とっても楽しみなんだ。
それじゃ、図書室へレッツGO！

FINISH

START

上田市上下水道局
マスコットキャラクター



今日はよろしく
お願いしまーす！

まずは、受付で
本を借りるための
カードを作るんだよ。
身分証明書を
持ってきてね。



カードを作ったら
いよいよ本を探すんだ。
ここには約9千冊の
本があるんだよ。



私はホタル
なんだけど
昆虫の図鑑に私も
載ってたよ



今日はたくさん
本が読めて
とても楽しかったよ。
みんなも、ぜひ
図書室に来てみてね！
それじゃバイバーイ



隣の学習室では
借りた本を
読んだり
学習したりも
できるんだ。



ネットを使えば
本の予約や他の
図書館の本の
お取寄せも
できるんだよ。



読みたい本が
見つかったら
カードと一緒に
受付に渡すんだ。

1人で
10冊まで
借りられるよ



本の検索・
予約サイトは
「エコール」で
検索してね



キッズコーナー
では寝転がって
本を読むことも
できるんだ。



第8回 11月17日開催

〈協議事項〉

令和4年度当初予算における地域振興事業基金充当事業について

持寄基金充当予定事業について地域振興課から説明がありました。

武石公民館図書室及び学習室の運用について

武石公民館図書室及び学習室利用に関するアンケート調査結果と利用者の現状について武石公民館から説明がありました。

岳の湯温泉雲漢荘のあり方について

岳の湯温泉雲漢荘のあり方を問うアンケート結果について産業建設課から説明がありました。

第9回 12月15日開催

〈協議事項〉

武石診療所のあり方について

地域協議会からの答申を受けて、上田市としての方針案や今後の診療体制について、武石診療所から説明がありました。

武石公民館図書室及び学習室の運用について

10月から第1土曜日、第3日曜日に休日開館、木曜日に開館時間延長しての利用状況について武石公民館から報告がありました。また、学習室の利用者が増えていると報告がありました。

岳の湯温泉雲漢荘のあり方について

これまで議論してきた内容をまとめ、今年度内に意見書として上田市へ提案することの確認がされました。

● 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。

武石地域総合センター
整備事業通信

武石地域総合センターが昨年3月にオープンし、各種団体が武石公民館を利用しています。その中の1つ武石高齢者クラブをご紹介します。

武石高齢者クラブでは、毎週水曜日と土曜日の午前中に、3階大会議室でカラオケを、午後は2階多目的室で麻雀を楽しんでいます。

カラオケの皆さんに感想をお聞きますと、明るくて広いところで歌えるのが快適とのことで、毎週のカラオケを楽しみにしている様子でした。



武石地域総合センター南壁面に三連の懸垂幕昇降装置が設置されています。

令和4年4月10日(日)執行の「武石御柱大祭おねり行列」の懸垂幕が令和3年12月21日に設置されました。

センターへ来庁されるときにはぜひ、ご覧ください。



【問】地域振興課 Tel 85-2824

武石診療所通信

くおくすりのはなし

診療所に来る患者さんから時々「わたしはおくすりのおかげで生きていられます」と言われることがあります。たいてい正直に「そんなことはないと思います」と返事をしています。もう少し正確に言うならば「もしかしたらそうかもしれないけれど、たぶん違いますよ」ということです。くすりにはおおざっぱに分けて次の3タイプあると考えています。「効果を実感できるくすり」「効果は実感できないが測定できるくすり」「効いているか分からないくすり」です。それぞれ考えてみましょう。

「効果を実感できるくすり」は、飲むと痛みが取れたり、鼻水が止まったり、あるいは飲んでも体調がよい、などといったくすりのことです。漢方薬はほとんどがこのタイプです。

「効果は実感できないが測定できるくすり」は、血圧や血糖が下がったりするくすりや抗がん剤などで検査をすれば効果を確認できます（検査をしないと確認できません）。ただ、こういったくすりをのむ本来的目的は脳卒中や心筋梗塞を予防することだったりするので、測定できるのは多くの場合は仮の目標とも言えます。一方がんが小さくなったり消えたりするのは本来的目的ですね。

「効いているか分からないくすり」なんてあるの？と疑問に思う人もいるかも知れませんが、わりとあります。たとえば血液の流れを良くして脳卒中を予防するくすりなんかがそうです。（実は先ほどの血圧や血糖のくすりもそうなのですが）こういったくすりの効果は5年後に脳卒中になっただけでなく、といったような指標で判断することになります。あるくすりをのんだ100人中5年後に5人が脳卒中になったが、そのくすりをのまない100人中では10人が脳卒中になった場合を考えると、のんだ100人中95人は効果があつたとも言えますが、実際には90人はのんでものまなくても脳卒中にならないので本当に効果があつたのは5人だけだったということになります。つまり脳卒中にならなかったとしても「くすりのおかげ」だったかどうか誰にも分からないのです。しかし医者としては脳卒中になる人を半分に減らせるくすりなので処方したくなりますし患者さんのもみたりします。

今回はちょっとややこしい話でした。興味のある人は自分の飲んでいくくすりなどのタイプなのか考えてみて下さい。

記 武石診療所長 廣瀬 聡



武石診療所のあり方について



武石診療所は現在、武石地域唯一の医療機関として、その責務を担い地域医療の充実に努めております。

武石地域につきましては、少子高齢化が進む中、人口も減少の一途をたどっており診療所の患者数も減少し、経営状況も厳しくなっています。

こうしたことから、市では令和3年4月に武石診療所のあり方について、武石地域協議会に諮問し、同年10月には答申をいただきました。

市としましては、この答申を受け今後の診療所のあり方について方針案を作成しました。

基本方針：持続可能な診療所の運営 — 診療所を無くさない —

診療所の現状を把握し、課題の分析、地域住民の診療ニーズを勘案し、今後の武石診療所の基本的な方針として、未来永劫、武石地域において医療サービスの提供が途絶えないよう「持続可能な診療所の運営 — 診療所を無くさない — 」としました。

武石診療所はこれまで、医療と介護が連携した先駆的な地域医療・在宅医療を築いてきました。診療科にこだわらず家庭医としてプライマリケア（普段から何でも診てくれ、相談に乗ってくれる身近な医療）を実践し、患者の身体的な病気に目を向けるだけでなく、個々の生活の状況を考慮した医療を提供してきました。行政として地域医療・在宅医療への財政支援を含めた政策的な関わり方を継続して行っていくために、次の施策を展開してまいります。

1. 診療体制の見直し

医師の働き方改革や感染症などへの対応から、これまでのように医師一人で診療所を担っていくことには限界があります。また、今後医師の確保等が難しくなることから、複数の医師の関与による診療所の運営へ移行してまいります。また、診療ニーズから24時間365日の宅直制度（看護師が診療所直通電話を持ち、夜間休日に患者からの呼び出しに対応）を令和5年4月から廃止し、近隣の医療機関との役割分担・機能分化を進めてまいります。

2. 経営改善に向けた取り組み

毎年、2千万円ほどの赤字経営は、財源補填としていた診療所基金（今までの貯金）を使い果たすことが予想されます。不足する財源については、市の一般財源からの繰り入れに頼らざるを得ません。こうしたことから、診療体制の見直し（宅直制度を廃止）により、看護師を減らし人件費の削減を図ります。

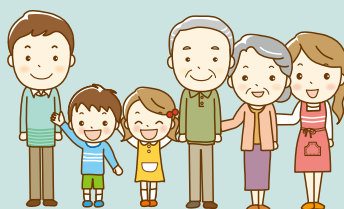
3. 連携・統合・再編

今後、医師をはじめとする医用スタッフの確保が難しくなるとともに、多様化する診療ニーズへの対応を図るため、歴史的な経緯や地理的な条件から国保依田窪病院との統合・再編について協議してまいります。また、宅直制度廃止後の対応として、夜間休日でも武石診療所の患者さんが国保依田窪病院で診察ができるよう、電子カルテを国保依田窪病院と統合いたします。

国保依田窪病院との統合・再編は、薬剤師による薬剤指導の実施や薬剤管理の効率化、医療事務の専門性の確保など診療体制の充実にもつながります。

4. ICT（情報通信技術）の活用

多様化する診療ニーズに応えるため、訪問対面診断を基本としつつもオンライン診療（情報機器を通して患者の診察及び診断を行い診察結果の伝達や処方等の診察行為をリアルタイムにより行う行為）や、ヘルスケアモビリティ（医療機器などを搭載した車両で患者の自宅などへ出向き、車内でオンライン診療を



行う)などのICTの活用を進めることで、在宅医療の充実を図ります。また、AIやIOTを活用した医療事務・薬剤管理の効率化も検討してまいります。

5. 市民協働の推進

診療所の患者の8割は高齢者の方です。今後、地域の高齢化も加速することから、より丁寧な窓口対応や診療所への交通手段の確保が必要と考えます。限られた資源(人、予算)の中ですべてを診療所で行うことは不可能なことから、地域住民の皆さんとの協力、協働が必要です。

今後は窓口での診療案内や交通手段の確保、調剤配達など、住民の皆さんのお力をお借りしながら、武石地域のかかりつけ医として、また地域住民の診療所として、新たな診療所の運営を模索していきます。

6. 施設の改修・改築

診療所の建物は、令和7年に築40年が経過します。令和2年に策定した武石診療所個別施設計画に基づき、必要な修繕や改修を行うとともに、感染症対策により明らかとなった動線の確保についても検討してまいります。

おわりに

地域医療・在宅医療は、少子高齢化社会を迎えるにあたり大切な視点であり、武石診療所はまさに最先端で実践している医療機関の一つです。医療という命にかかわる問題としての安全の確保、限りある医療資源の効率的な活用、多様化する地域ニーズへの対応などについて、地域の理解を得ながら迅速に対応できるように努めてまいります。

令和4年3月末日をもって、武石診療所長の廣瀬聡医師が退職いたします。

令和4年度の外来診療担当医は以下のとおりです。(1月16日現在)

※3/16号で医師の紹介をいたします。

診療受付時間 8:30~11:30	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
担当医	信大	奥泉	依田窪病院	依田窪病院	奥泉	休診	休診

※木曜日は時間外診療 17:00~18:00

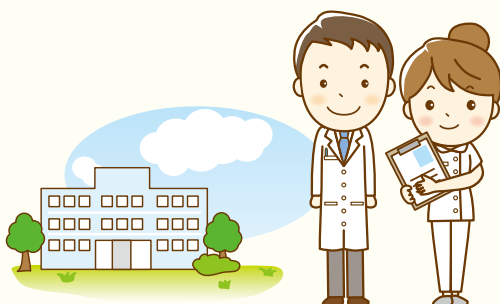
※午後は、往診、訪問診療(看護)を実施します。

※休診日:土曜日・日曜日・祝日

お盆(8月13日~15日)

年末年始(12月29日~翌年1月3日)

【問】武石診療所 Tel 85-3308



岳の湯温泉 雲溪荘のあり方を問うアンケート調査結果

令和2年から武石地域の皆様には、「温泉に浸かって残そう雲溪荘!!」を合言葉に、地域のみんで使って残す取組を実施してまいりました。

しかしながら、令和元年東日本台風災害から始まり、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、雲溪荘の運営も大変厳しい状況が続いています。

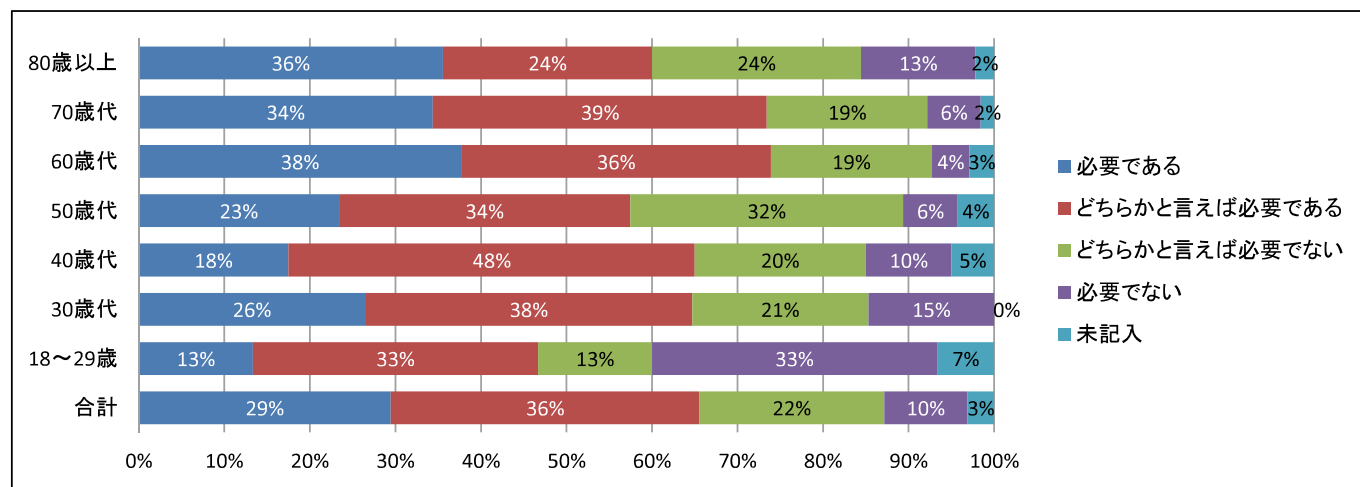
そこで、今後の雲溪荘のあり方の再検討を行うに当たり、アンケートを実施しましたので、その結果をお知らせします。

■ アンケート対象者
1,050人
■ アンケート回答者
314人
■ アンケート回収率
29.9%

雲溪荘は、「地域住民の保健休養の場」として、また「地域外から来客を含む地域内で唯一の宿泊温泉施設」として利用されてきましたが、近年は利用者が減少し、赤字相当分の3千～4千万円を指定管理料として上田市から支出している現状ですが、武石地域に必要な施設だと考えますか。

●主な意見

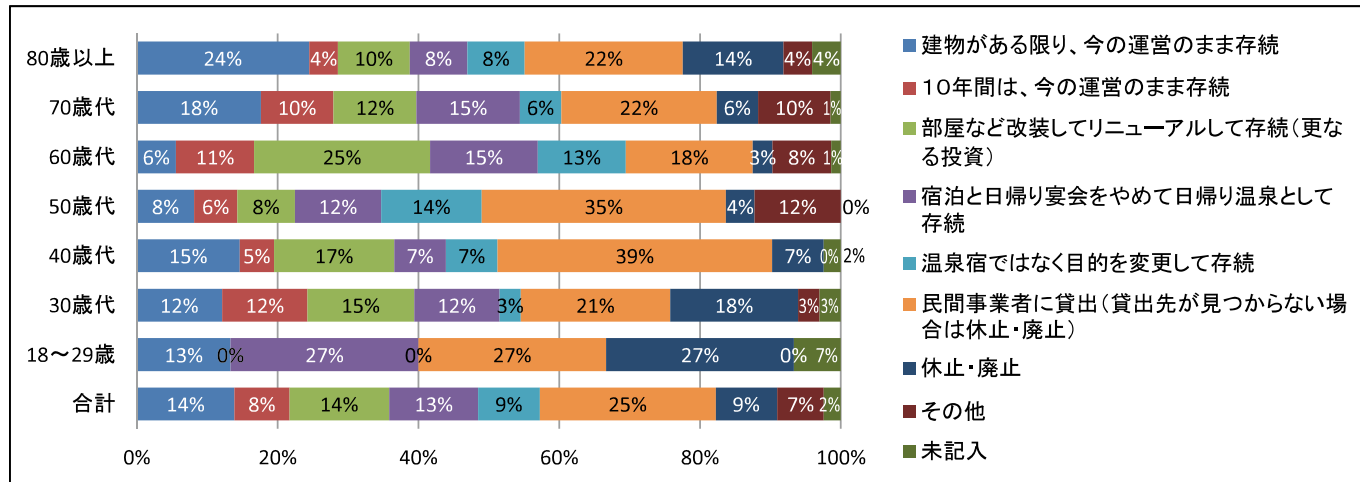
- ・ 泉質がとっても良い(腹痛やアトピーが治った、とても暖まる) 武石村時代よりの財産。
- ・ 施設が古い。お風呂に魅力がない(露天風呂やサウナが無い) 食事や接客が悪い。



雲溪荘を今後10年間維持管理しますと、指定管理料や耐震診断や修繕費等を試算すると、総額は5億円以上となりますが、このまま維持管理することについて、あなたはどのように考えますか。

●主な意見

- ・ 武石地域で唯一の温泉宿は残してもらいたい。近くに宿泊施設があれば助かる。
- ・ 地域住民の憩いの場や交流できる場。行事や大勢で宴会ができる場所が少ないので必要。
- ・ 赤字を続けてまで運営するのは健全ではない。税金を使ってまで宿泊施設を維持する必要はない。
- ・ 採算がとれていなく近くに、うつくしの湯があるので同じような施設は必要がない。



様々な意見があり、半数以上の方が賛同する意見がない状況ですが、岳の湯温泉雲溪荘は元より武石地域全体の発展に繋がるような、あり方の再検討を行うに当たり、参考にさせていただきます。

募集

楽しい会～!! &介護予防体操

- 開催日 (第1・3金曜日)
2月4日・18日、3月4日・18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 2月5日(土) 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
- その他 講習修了者には修了証を交付します

申 問 依田窪南部消防署 救急係
Tel 68-0119

イベント

武石ともしび博物館

Tel 85-2474

▶アイスキャンドル祭り

- 日 時 1月29日(土) 18:00～20:00
- 内 容 アイスキャンドル・LED点灯、他
- 入館料 無料



岳の湯温泉雲溪荘 Tel 85-2263

▶小物作りワークショップ

エコクラフトテープで季節に合った小物作り体験を行います。(要予約)

- 日 時 2月10日(木)、3月10日(木)
いずれも10:00～15:00
- 参加費 1,500円
(材料・昼食・入浴代込)



お知らせ

人権・悩みごと相談

人権擁護委員が相談をお聞きします。

- 日 時 3月7日(月) 9:00～12:00
- 場 所 武石地域総合センター 2階
市民サービス課 Tel 85-2827



※掲載しているイベント等は、新型コロナウイルス感染症の状況で中止や延期となる場合があります。
ホームページなどをご確認いただくか、各担当までお問い合わせください。

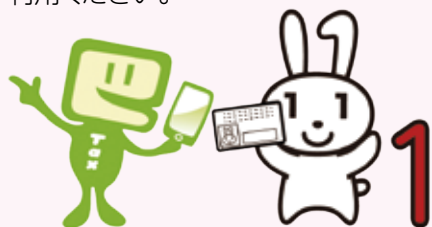
市・県民税の申告会場が変わります 地区割で受付

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。また、申告者を待たせないよう体制を見直し会場を変更しました。ご理解ご協力をお願いします。

詳しくは、1月の自治会定期送達で配布する「市民税・県民税申告の手引」でご確認をお願いします。

【会場に行かなくても申告できます】

- ・申告書は、武石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。



- 会 場 武石地域総合センター コミュニティホール
- 期 間 2月16日(水)～2月22日(火)(土日は除く)
- 時 間 9:00～11:00、13:00～15:30

受付日	対 象 地 区
2月16日(水)	鳥屋、片羽、上小寺尾、唐沢小原、西武
2月17日(木)	沖、堀之内、権現
2月18日(金)	藪合、中島、市之瀬
2月21日(月)	七ヶ、築地原、大布施巣栗
2月22日(火)	下本入、下小寺尾、小沢根、余里

※対象地区は目安です。都合のつく日にお越しください。

問 税務課 Tel 23-5115・市民サービス課 Tel 85-2827



市ホームページでも
確認できます。

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ました。

田中 ^{りょう た ろう} 遼太郎 さん・^{し おり} 志織 さん (七ヶ)
^{たいせい} 大誠 くん (6歳5か月)

★令和3年4月から

親子3人、武石で生活するようになり、春、夏、秋、初冬を過ごしてきました。

コロナ禍ではありましたが、春には花桃の里めぐり、夏には武石川やきれいな花火、秋には紅葉を楽しみながら親子3人で武石の四季を感じてきました。

野菜の種まき、苗植え、管理、生育を楽しみながらの収穫など、農作業の手伝いができることも喜びの一つです。

2歳の頃から稲刈りの手伝いをしてきた息子ですが、毎年できることが増え、成長を頼もしく感じています。



★親子3人で…

時間を選ばずに外へ出て、虫や草花を探すなど、親子3人で体を動かしています。

また、散歩中に近所の方や出会った方から優しく声をかけていただき、地域の方の暖かさを感じました。

このような経験から大きな声で挨拶ができるようになった息子の姿にうれしさを感じています。

★夫に感謝…

自然豊かで静かな武石、外で体を動かしたり、夜空を眺めたり、日向ぼっこをしたりすることがストレス発散になっています。

また、通勤、通園時間が今までよりも長くなってしまったこともあり、早寝早起きに心がけています。

この通園時間は、夫婦それぞれ息子とあそびの計画を立てたり、楽しい話をするなど大切な時間になっています。

通勤時間は長くなるけれど、武石に住むことを決めた夫に感謝しています。



未就園児のあそびの広場

わくわく広場

開催日	内 容	持 ち 物
2月7日(月)	おひなさま作り	水筒、着替えなど
2月8日(火)		
2月9日(水)		
3月7日(月)	大きくなったねの会 (要予約)	水筒、着替えなど 8組まで 申込締切 2月28日(月)

★子育て広場開所時間

9:30 ~ 12:30

★場所…武石児童館

(子育て支援室)

※日時、遊びの内容は変わることがあります。

【問】武石児童館 Tel 85-2826



見やすいユニバーサル
デザインフォントを
採用しています。

▼武石のひとの動き▼ (令和4年1月1日現在)

人口 3,279 人 世帯数 1,401 戸
男 1,630 人 女 1,649 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)

生ごみの水はよく切って捨て、生ごみ処理機やコンポスト容器等も
利用する等、減量化や堆肥化に努めましょう。