

地域自治センターだより

さなだ

2022
7
月号

No.87



「希望を照らすランタンの灯り」

長野大学生のサークル「MIZUMATCH」による、LED ランタンの打ち上げイベント「KIBOU TERRACE」が菅平高原アリーナで開催されました。コロナ禍により希薄になった人の繋がりを取り戻し地元を元気にしようと、事前に賛同者を募って行われました。あいにくの雨天のため館内での開催でしたが、オレンジに統一した柔らかい光のランタンが上がると、会場内から感動の声が上がっていました。

8月6日(土)

第38回真田まつり

花火

真田鉄砲隊演武

信州六文銭太鼓

など



問 真田産業観光課 有線 2032 ☎ 72-4330

5月の地域協議会では、令和4年度真田地域自治センター各課の目標及び予算について担当課長から説明がありました。
6月の地域協議会では、自治会と自治センターの協働に関する補助制度などについて、地域振興課から説明がありました。

- ◆第2回真田地域協議会 (令和4年5月24日開催)
- ◆第3回真田地域協議会 (令和4年6月28日開催)



真田地域協議会だより

問 真田地域振興課

有線 2015

☎ 72-22202

「生ごみ」の減量化にご協力をお願いします！

「生ごみ出しません袋」を使って、ごみを減らしましょう

市では、生ごみを自家処理し、「生ごみを燃やせるごみとして排出しないこと」、「生ごみ以外のごみの減量・再資源化にも取り組むこと」を宣言できる世帯に、生ごみ以外の燃やせるごみ専用指定袋「生ごみ出しません袋」を配布しています。

今年度の申請期限は来年(令和5年)3月31日(金)までです。一世帯30枚の配布で、配布は1回のみとなります。追加の配布はありません。

受付窓口は真田市民サービス課または上田クリーンセンター内ごみ減量企画室です。

詳しくは真田市民サービス課までお問い合わせください。



「ぱっくん」を使ってみませんか

生ごみ堆肥化基材「ぱっくん※」を市民の方には、申請書の提出により無料で配布していますので、ご利用ください。

※ぱっくんとは・・・園芸用資材としてよく使われるピートモスともみ殻くん炭を混ぜ合わせたもの

「ごみ減量化機器購入費補助金」をご利用ください

市では「家庭から出る可燃ごみ」とりわけ、可燃ごみの約半分を占めている「生ごみ」の更なる減量・再資源化を進めるため、右のごみ減量化機器に対して購入費補助を行っています。

それぞれのライフスタイルに応じた機器を選び、この補助制度を活用していただき、「生ごみ」の減量化への取り組みをお願いします。

補助対象機器	補助率	補助限度額
生ごみ堆肥化容器 (コンポスト、 密閉式容器など)	購入費の4/5 (100円未満切捨て)	1台につき 5,000円
生ごみ処理機 (乾燥式、バイオ式など)		1台につき 50,000円

問 真田市民サービス課 生活環境担当 有線 2046 ☎ 72-0154

急には動けない！

心の準備



はできていますか？

災害時に向けた準備は、まず災害を自分事として捉える
ことから始まります。命を守る判断、できますか？

● 体育館に避難したが、床は固いし寒いし寝られない！！

避難所は命を守る場所で快適なホテルではありません。避難所生活を想定し、自分にとって必要と思う準備を早めから心がけましょう。また、避難する場所は安全確認の取れたホテルや知人宅なども選択肢に入れましょう。

● 急に避難指示が出ても風雨が強くて逃げられない！！

雨などの避難情報は段階的に出るので、急に避難指示は出ません。避難指示発出中は豪雨や暴風雨で危険が伴うため、垂直避難など住環境に合わせて避難の準備をしましょう。



● 水があふれた！地域の高齢者を置いてはいけない。どうしたらいいの？

当日現場合わせは危険！日ごろの地域でのコミュニケーションがとても重要となります。災害時のみ利用する連絡経路は、防災訓練などで定期的を確認し、「有事の際は消防等への救助要請を行う」など無理のない対応を話し合っておきましょう。

● 停電でテレビが見られない。何が起きているのかわからず不安。

災害が起こった際の情報取得手段は決まっていますか？携帯端末やラジオ、小型バッテリーを日頃から活用するなど、停電に備えましょう。



誰でも、自分が災害に合うなんてことは想像したくないものです。けれど、「自分は大丈夫」は自然災害を前に全く根拠がありません。災害発生に対して人間の力は微力ですが、事前の備えはできます。避難用品を準備する前に、まずは自分が被災したときにどうするかという**想定**と**防災知識**から準備を始めましょう。



収穫体験募集のお知らせ

さなだ農業体験農園で無化学肥料・無農薬で育った「じゃがいも」「ミニトマト」「とうもろこし」の収穫体験を有料で開催します。

日時、料金、申込方法などの詳細は、今後ホームページでお知らせしていきますので、ぜひご覧ください。

☎ 真田産業観光課 農林振興担当 有線 2024 ☎ 72-4330



さなだブルーベリーつみとり体験

真田町にあるブルーベリーつみとり体験ができる観光農園4ヶ所では、遅霜で生育が心配されましたが、たわわに実をつけています。皆様のご来園をお待ちしております。

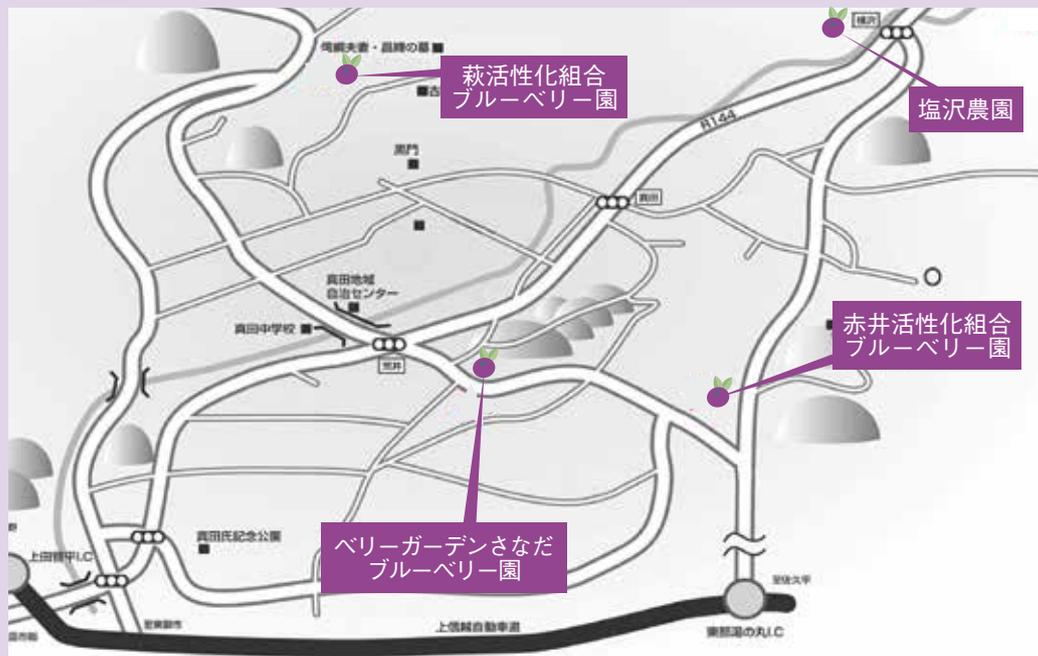
🌿 時期

7月上旬～8月
(生育状況により変更があります)

🌿 内容

食べ放題 1人 500円
お持ち帰り 1キログラム 1,500円

🌿 場所



☎ 真田産業観光課 農林振興担当 有線 2024 ☎ 72-4330

● 道路管理者からのお願い

道路沿線の立竹木などが道路に張り出すと、自動車が接触して事故になるなど、通行の支障となることがあります。交通安全上問題がありますので、所有者において支障枝等を伐採するなど、適正に管理していただくようご協力をお願いします。

また、住み良い地域のため、道路路肩等の雑草の草刈り、道路側溝・水路の堆積土砂の除去等を適宜実施していただくよう、住民の皆様のご協力をお願いします。

☎ 真田建設課 管理担当 有線 2089 ☎ 72-4331

ふれあいさなだ館からの お知らせ

新型コロナウイルス感染症の状況により、イベント等を開催していきま。ご理解の程よろしくお願いたします。

☎ 真田温泉ふれあいさなだ館
有線 2230 ☎ 72-2500

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ただき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。

☎ さなだスポーツクラブ 有線 2035 ☎ 72-2657
<https://sanada-sc.gicz.tokyo/>



がん検診、忘れていませんか？

みなさんは、がん検診を受けていますか？

日本対がん協会によると、2021年の胃・肺・大腸・乳房・子宮頸部^{しきゅうけいぶ}の5つのがん検診受診者は合計537万6513人で、2020年より23.5%増えましたが、新型コロナウイルス感染症拡大前の2019年の受診者数と比べるとまだ10.3%低い状況です。未受診者の中には、2年連続でがん検診を控えた人も少なからずいると推測されます。

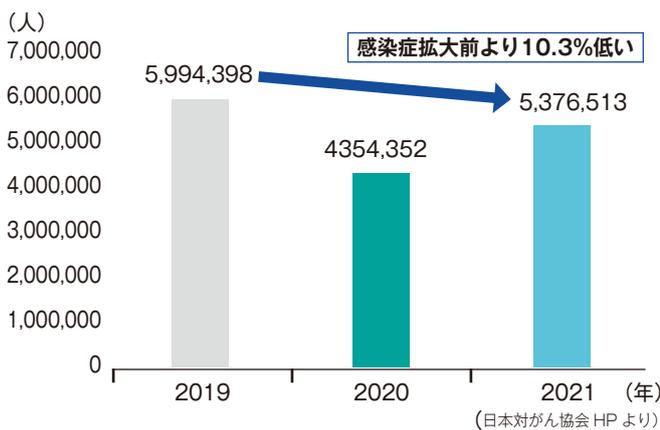
がんは日本人の死亡原因の第1位であり、一生のうち、2人に1人は何らかのがんにか

かり、男性の約4人に1人、女性の約6人に1人が、がんで亡くなると言われています。

初期のがんは、ほとんどの場合、自覚症状がありませんので、定期的に検診を受けることで、早期にがんを発見する機会が増えます。

上田市ではがん検診の申し込みを3月に締め切りましたが、まだ受診できるがん検診があります。受診をご希望の方は、4月に各家庭に配布しました「令和4年度 上田市 各種検診のご案内」をご覧ください、真田保健センターへご相談ください。

受診者数の推移(5つのがん検診計、延べ人数)



各種検診のご案内はホームページでも確認できます



問 真田保健センター 有線 2053 ☎ 72-9007

真田地域公共交通利用促進協議会だより



★「セタバス」

7月7日(木)～8月7日(日)

さなだ保育園、そえび保育園、すがだいら保育園、いずみ幼稚園の年長児のみなさんの願いや夢を描いた絵を展示して、バスを運行します。

★「キッズパス」

7月23日(土)～8月23日(火)

上田市内小学生限定のキッズパス(無料定期券)の発行予定に併せて、真田地域限定でノベルティ配布を実施します。

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



真田図書館通信



おすすめの新着本

一般書

「速く」「短く」「感じよく」メールを書く方法 鈴木真理子/著
 会計の用語図鑑-比べて丸わかり!- 石川 和男/著
 子どものための居場所論-異なることが豊かさになる- 阿比留久美/著
 桃太郎は嫁探しに行ったのか? 倉持よつば/著
 ウソをつく生きものたち 森 由民/著
 鎌倉幕府と北条義時見るだけノート-鎌倉幕府の興亡がゼロからわかる!- 小和田哲男/著
 認知バイアス見るだけノート-思い込みで誤った情報を選択しないための必須教養- 齊藤 勇/著
 新築戸建と火災保険-まるわかり- 藪井 馨博/著
 50歳からの賢い住宅購入-初めて買う人・住み替える人・独身からファミリーまで- 千日 太郎/著
 カーブスの健康たんぱく質ごはん-やせる! 血糖値の改善! 高血圧の予防に!- カーブス
 その着物、どうする? 好きだから知っておきたい保管・メンテ・処分の方法- 星 わにこ/著
 はじめてでも作れるビーズ&パールのアクセサリ- プティック社
 男の肌活 現役世代の新ルーティーン-見た目に差がつく簡単お手入れ術- 橋本加代子/著
 桃屋のかんたんレシピ-誰でも失敗なく作れて驚くほどおいしい- 桃屋
 クルドの食卓 中島 直美/著
 くるまの娘 宇佐見 りん/著
 孤剣の涯て 木下 昌輝/著
 競争の番人 新川 帆立/著
 99年、ありのままに生きて 瀬戸内寂聴/著

児童書

ウルトラマンと学ぶ宇宙と生命体-科学入門ブック- 高水 裕一/著
 めざせ鉄道博士! 日本全国鉄道路線地図-完全版- 地理情報開発
 つくるたね-子どもも大人も楽しめる工作レシピ31- 汐崎 弘/著
 ありがとうなかよし しもかわら ゆみ/著
 おにぎりおにぎり 長野ヒデ子/著
 おならおうこく 丸山 誠司/著
 おんぱちゃんとたいこ とよた かずひこ/著
 声に出してよむ日本の昔ばなし 小澤 俊夫/著
 ことばコレクター ピーター・レイノルズ/著
 さかなくん しおたに まみこ/著
 ジェニーのぼうし エズラ・ジャック・キーツ/著
 ひみつのさくせん ニコロ・カロツィ/著
 へんしん うみのいきもの 三浦 太郎/著
 へんしん どうぶつ 三浦 太郎/著
 怪盗クイーン 楽園の名画を追え はやみね かおる/著

郷土の本

長野県道路地図 4版(県別マップル 20) 昭文社
 るるが軽井沢'23 JTBパブリッシング

第4回 真田塾開催!



歴史系アーティストのツインボーカルユニット「さくらゆき」さんをお迎えし、真田戦国トークショーと歴史上の人物や出来事をテーマとしたコンサートを開催します。

日時 令和4年9月3日(土)
 14時00分~15時30分(開場13時30分)
 場所 真田中央公民館大ホール
 出演 歴史系アーティスト「さくらゆき」
 演題 真田戦国トークショー&コンサート
 対象 どなたでも
 定員 先着100名
 参加費 無料
 申し込み 7月20日(水)以降、電話でお申し込み
 ください(お1人の参加申し込みで2名
 まで受付可能)
 〈申込先〉 真田図書館 有線 2003 ☎ 72-8080
 (月曜日定休)

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

7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	21	22	23
24 31	⑳	26	27	28	⑳	30

8月						
日	月	火	水	木	金	土
	①	2	3	4	5	6
7	⑧	9	10	⑪	12	13
14	⑱	16	17	18	19	20
21	⑳	23	24	25	26	27
28	⑳	30	⑳			

9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	⑱	⑳	21	22	⑳	24
25	⑳	27	28	29	⑳	

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。

真田図書館 有線 2003 ☎ 72-8080