

▼目次

- P1 表紙
- P2～3 武石の話題 ★PickUp★
- P4 武石地域協議会活動日誌、空き家バンク
- P5 武石公民館だより
- P6 武石診療所通信、ともしび公園リニューアル
- P7 お知らせ&イベント
- P8 たけし子育て親育ち日記 ほか



武石小学校の田植え学習
(詳細は2ページに掲載)

武石

No. 92

地域自治センターだより 令和4年/2022 7.16

おいしいお米になあ〜れ! 5月26日(木) 武石小学校4年生と5年生の交流

武石小学校の4・5年生が田植えを行いました。田植えは5年生の総合的な学習の時間の一つで、4年生も一緒に取り組みました。秋には稲刈りも体験し、5年生はお米の販売まで1年間を通して取り組みます。田植え前日には、信州うえだ農協青年部の柿島さんから苗栽培の説明をしてもらい、児童からどんなお米を作りたいか聞いて発表しました。当日も柿島さんからユーモアを交えた田植えの手順を聞き、最初は泥の感触に戸惑いながらも約30分の田植えを行い、学校田に元気な声が響きました。



キレイな花が咲きますように

6月4日(土)

県道美ヶ原公園沖線、稲荷交差点の花壇に七ヶ自治会有志の皆さん約20名により、マリーゴールドやサルビアなどの花の苗約1,000本を植えました。

この花壇は毎年七ヶ自治会有志の皆さんにより整備されており、花壇が華やかに彩られるのを楽しみに、皆さんで花壇の管理をしています。夏には、道路を通行される方々の目を楽しませてくれるでしょう。



保育園交通安全教室

6月3日(金) 武石保育園



武石保育園で交通安全教室が開かれました。今回は年長さんと年少さんが参加し、交通安全について学びました。上田市の交通指導員の方と牛のモーちゃんと一緒に道路を渡る時の約束に元気な声でお返事していました。



消防団 分団発表会

6月5日(日)、6月19日(日) 武石総合グラウンド
(西部分団) (東部分団)



東部分団



西部分団

令和4年度の上田市ポンプ操法大会は中止となりましたが、東部分団と西部分団が武石総合グラウンドで分団発表会を行いました。両分団は、5月からポンプ操法の訓練を行ってきました。「待ったナシ!」の災害に備え、地域を守るための消防団活動は、とても重要な活動です。「地域のヒーロー」として活躍する消防団に加入してみませんか?

武石地域自主防災組織 リーダー研修会 6月22日(水)

武石地域総合センターコミュニティホールで自主防災リーダー研修が行われました。昨年に引き続き、長野県自主防災アドバイザーの松尾卓さん(上本入)にお越しいただき、「地域の災害特性について知ること」が大事だとお話いただきました。

令和3年3月にお配りしたハザードマップを御確認いただき、地域の危険区域や避難場所の確認をしておきましょう。



このQRコードを読み取ることで、確認できます。▶



夏本番！プール開き 6月22日(水)

武石保育園でプール開きが行われました。今年は、プールが大活躍しそうな猛暑。園児たちも冷たい水に大はしゃぎでした。笑顔いっぱいのプール開きとなりました。



武石小学校校内音楽会 6月24日(金)

武石小学校体育館で校内音楽会が行われました。

「一人一人のスマイルは輝き、美しくきれいなハーモニーを奏でよう」の音楽会スローガンのように、前半の低学年はかわいらしい歌声が響き、後半の高学年は力強く美しいハーモニーを奏でていました。一人一人の笑顔が輝く音楽会となりました。



長大学生が武石地域の魅力発信！

長野大学「MIZUMATCH」(みずまち)サークル26名が、武石地域のイベントへの協力やSNSを活用し、地域の魅力を発信します。この「MIZUMATCH」サークルは、クラウドファンディングを用いてスカイランタンの打ち上げや、丸子地域でマルシェを開催するなど、様々な地域で活躍しています。

今回は、武石地域の飲食店、市街地にはない美しい景色、そして地域で活躍する市民などを取材し発信していきます。

配信を通じて武石の魅力を知ってもらおうとともに、「行ってみたい!」「住んでみたい!」と思える地域づくりを目指す取り組みを行います。

「今やっている活動について発信してほしい!」や「こんな地域の魅力を取材してほしい!」などありましたらぜひ下記まで御依頼ください。

☎ 地域振興課 TEL 85-2824



●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

令和4年度武石地域の主な施策 (千円)	
事業名	事業費
武石地域総合センター整備事業	44,600
武石御柱おねり行事事業負担金	1,500
武石スマートシティ実証プロジェクト事業	8,707
依田窪病院への財政支援	216,685
武石診療所運営事業	159,267
巢栗溪谷緑の広場管理運営事業	18,305
武石温泉うつくしの湯、岳の湯温泉雲深荘、武石番所ヶ原スキー場等管理運営事業	108,692
市民まつり事業	2,300
巢栗溪谷整備事業	58,000
武石ともしび公園整備工事（合併特例交付金事業）	38,600
うつくしの湯機械設備現状調査・再生可能エネルギー導入調査	7,987
ともしびの里駅伝大会実行委員会負担金	2,000

▼武石地域当初予算等における主な施策について
令和4年度当初予算等の主な施策について各担当課から説明がありました。主な事業は次のとおり。

▼第1回地域協議会協議内容の確認について
前回の地域協議会会議概要にて確認しました。

【令和4年度】
第2回 5月18日

武石地域協議会活動日誌

No.91

岡 地域振興課
Tel 85-2824

▼上田市過疎地域持続的発展市町村計画策定について
武石地域過疎指定に伴い経緯、過疎対策事業債の概要、持続的発展計画の策定に向けた今後の日程、令和4年度の過疎債等活用した事業計画について地域振興課から説明がありました。

第3回 6月15日

▼第2回地域協議会協議内容の確認について
前回の地域協議会会議概要にて確認しました。

▼武石公民館図書室及び学習室の利用について
前期協議会より継続協議としている武石公民館図書室の運営について改めて図書館と図書室の違いや基準等について武石地域教育事務所長から説明がありました。併せて昨年実施した武石公民館図書室の利用に関するアンケートの結果、昨年10月から試行している休日開館および平日延長開館の利用実績の中間報告がありました。

▼上田市過疎地域持続的発展市町村計画策定について
計画策定の趣旨、計画の期間、13項目に分かれた分野別計画についてセンター長から説明がありました。7月1日から7月31日までパブリックコメントを実施し御意見を募集しています。

●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・空き家バンク説明会を開催します そのままにしている空き家のこと考えてみませんか？

「不便な場所だから」「売れないから」「いつか誰かが使うかもしれないから」とそのままにしている空き家はありますか？

空き家の維持管理には、費用がかかります。年額として、それほどとは感じなくても、5年10年と積み重なれば大きな金額になります。一方、時間が経てば経つほど空き家の価値は下がっていきます。

さらに、「草木が伸びてお隣の敷地に入り込む」、「害虫、害獣がすみ着き、近隣のお宅に被害が及ぶ」など、ご近所に迷惑をかけてしまうこともあります。

そうなる前に、空き家を誰かに使ってもらいませんか？上田市には、「空き家の所有者」と「空き家を利用したい人」の橋渡しをする「空き家バンク」制度があります。新型コロナウイルスの影響で地方の不動産に注目が集まっているというニュースを目にした方も多いかもかもしれません。上田市の空き家バンクでも、県外からの問い合わせが増えており、昨年の成約数は過去最高となりました。

武石地域では、これまで21件の空き家が登録され、うち14件が再利用されています。再利用された方々の中には、大都市圏に住んでいたお子さんのいる若い夫婦が何組もいらっやいます。皆さん、武石地域の豊かな自然環境に魅力を感じていらっやるようです。

空き家の活用が、地域に賑わいを取り戻すきっかけになるかもしれません。ご家族、ご親戚一同が集うお盆に、武石地域の皆様を対象に空き家バンク説明会を行います。制度の概要、これまでの実績、登録の方法、実際の活用事例をご紹介します。ご自身がお持ちでなくとも空き家に関心のある方などでもご参加ください。また、お近くの空き家所有者にお声かけください！

移動手段がない等、当日に会場まで来られないという空き家所有者の方には後日、空き家バンク担当者がご希望の場所へお伺いして説明いたしますのでお気軽にお問合せください。

開催日時：8月14日(日) 午後2時～(事前予約不要)

開催場所：武石地域総合センター 3階大会議室

岡 上田市市民まちづくり推進部 移住交流推進課
空き家バンク担当 係長：林 担当：中村、山崎
電話：0268-21-0061
メール：akiya-bank@city.ueda.nagano.jp



「上田でおトクにお買い物!」 デジタルチケットの スマホ講座 受講者募集 のお知らせ!!

市内登録店舗でおトクに買い物ができる、
デジタルチケットの使い方について学ぶ講座
です。

- 日 時 8月30日(火)
午前10時～正午まで
- 場 所 武石地域総合センター
3階大会議室
- 講 師 (株)TicketQR 代表 宮嶋 晃 氏
- 受講料 無料
- 持ち物 スマートフォン (お持ちの方)
- 申込み 前日までに公民館へ直接かお電話で



令和5年成人式(仮称) 実行委員を 募集します!



令和5年1月8日(日)に開催予定の成人式(仮称)の実行委員を募集します。一生に一度の式典を自分たちで企画し、盛り上げましょう!

●内 容

実行委員会会議への参加(式典当日までに2,3回、武石地域総合センターまたはZoomにて開催します。)、当日の受付・司会進行

●対 象 者

平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの、武石小学校の卒業生で、当日の運営および事前の実行委員会に出席できる方

●お申し込み先

武石地域教育事務所 Tel: 0268-85-2030
mail: tkyoiku@city.ueda.nagano.jp

●お申し込み方法

住所、氏名、連絡先、出身中学を、電話またはメールにてお申し込みください。

※なお、成人式(仮称)の開催日時等については、今後の新型コロナウイルス感染症の状況により変更する可能性があります。

武石公民館だより

No.90

TEL 85-2030
武石公民館

第33回ともしびの里駅伝大会 参加チーム募集

- 日 時 10月23日(日) 午前10時00分～(雨天中止)
- 参 加 資 格 小学4年生以上(小、中学生は保護者承諾書の提出が必要です)
- チ ー ム 編 成 1チーム 12名以内(監督または引率責任者1名、選手7名、補欠4名以内)
- 参 加 費 1チーム 12,000円
- 申 し 込 み 期間: 8月1日(月)から9月16日(金) 午後5時まで
方法: ①武石公民館窓口にて手続き

②参加申込書を市ホームページからダウンロードし、必要事項を記入の上、

「ともしびの里駅伝大会実行委員会事務局」まで郵送またはメールにて手続き

③エントリーサイト「RUNNET」から手続き

- お問い合わせ ともしびの里駅伝大会実行委員会事務局(武石地域総合センター内)
上田市下武石742 Tel: 85-2030 Mail: tkyoiku@city.ueda.nagano.jp



第28回分館親善マレットゴルフ 大会を開催しました



6月12日(日)に第28回分館親善マレットゴルフ大会が開催されました。3年ぶりの開催となった本大会には、マレットゴルフ愛好家から初心者まで86名が参加しました。分館ごとの対抗戦は行わなかったものの、参加者は分館相互に親交を深めながら、和やかな雰囲気での大会となりました。

【大会結果】※敬称略

◆男子の部

優勝 北沢 篤(余里)
準優勝 鬼頭 寿(余里)
第3位 黒木 享(七ヶ)

◆女子の部

優勝 小松みえ子(七ヶ)
準優勝 清住 咲子(余里)
第3位 北沢 幸子(余里)

武石診療所通信

「みんなでつくる、みんなのための新しい武石診療所」を目指して

所長が変わって「新しい武石診療所」がスタートして、3か月が過ぎました。そこで、武石診療所の目標として「みんなでつくる、みんなのための新しい武石診療所」をこれからの理念として頑張っていきたいと思っています。

これまでは、優秀な先生方が赴任されて、「医師に任せれば何でもやってくれる」という安心感で診療所を利用していただけてきました。しかし、高度に専門化してきている医療の実態や、医師の働き方改革が叫ばれるなかで、これからは武石に住んでいる皆様方が、「自分の健康を考えていく」ことが必要になってきます。

そのために、4月からの診療所では、4名の医師が診療を行っています。火曜日と金曜日は、所長の奥泉宏康が、地域の医療を中心に、訪問診療やリハビリテーションを行っています。月曜日の木村岳史先生は信州大学から診療に来て、肝臓の病気を中心に消化器の専門家です。依田窪病院からは、水曜日には循環器専門の須山和弘先生が高血圧から不整脈や心臓のことなどについて、木曜日には消化器専門の白川晴章先生が胃カメラや大腸ファイバーなどについて相談に乗っていただけます。

高齢になってくると、自分でも気づかないうちに、多種多様な病気が生じていることがあります。気心のしれた「いつもの医師」に気軽に相談することも良いですが、慣れてくると一人の医師だけでは細かい身体の異常に気付かないことがあります。そこで、みなさんが、自分の健康に関心を持って、専門分野の異なる医師に思い切って相談してみてください。どの医師も快く、話を聞いてくれると思います。是非とも、

「新しい武石診療所」の医師たちを、上手に利用していただく。

また、4月からは、月曜日から金曜日までいつでも医師がいるわけではありません。午後は医師が不在な場合が多いので、午後の急な体調の変化に対しては、電話での看護師の対応となり、翌日に診察となります。緊急の場合は、依田窪病院や丸子中央病院と連絡を密にとりながら受診をお願いする場合もあります。できるだけ、体調が変化したときには、午前中に受診か連絡をお願い申し上げます。

地域における医療体制は、医療スタッフの力だけでは維持していけない時代となっています。是非とも、皆様の健康を守るために、みんなで協力して「新しい武石診療所」をつくっていきましょう！

記 武石診療所長 奥泉 宏康

◆リハビリ業務を再開しました◆

6月14日(火)からリハビリ業務を再開しました。週2日(火曜日と金曜日・午前中)となります。

腕や肩、膝や足腰などの痛みでお悩みの皆さん、ぜひ武石診療所にご相談ください!!

なお、リハビリを受ける場合は、医師の診察と予約が必要です。

整形外科の担当医は、火曜日・金曜日が診察日となります。

■ 武石診療所 Tel 85-3308

診療担当医

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・日曜日
担当医	信大	奥泉	依田窪病院	依田窪病院	奥泉	休診

※診察開始時間は9:00です。午後は往診、訪問診療(看護)を実施します。※木曜日は時間外診療 17:00~18:00

ともしび公園リニューアル!

ともしび博物館に隣接するともしび公園は平成12年のオープン以降、経年劣化により現在はほとんどの遊具が撤去、使用停止となっていました。この度、令和5年春頃を目途にリニューアルオープンします!

新たな遊具の詳細は完成まで楽しみに!



遊具などが決まり、今後夏頃から工事が始まります。

工事期間中は重機等の搬入により公園の利用を禁止いたしますので、御利用される皆様には大変ご不便をおかけしますがオープンまで楽しみにお待ちください。なお、ともしび公園周辺の施設は引き続き利用可能です。

お知らせ

お盆休業のお知らせ

御利用の皆様には御不便をおかけしますが、御理解と御協力をお願いします。

★武石診療所 Tel 85-3308

●休診日 8月13日(土)～15日(月)
16日(火)から通常どおり診療します。

★武石スマイル号 Tel 41-4555

●運休日 8月14日(日)～16日(火)
13日(土)は通常どおり運行します。

★ごみの収集 Tel 85-2827
お盆期間中も通常どおり収集します。

人権・悩みごと相談

人権擁護委員が悩みごとをお聞きます。

●日時 9月12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

イベント

武石温泉うつくしの湯

Tel 85-3900

▶武石よいやさ(夏祭り)

●日時 7月18日(月・祝)

●内容 飛龍太鼓、フラダンス、メロディベル演奏、ビンゴゲーム、ローストビーフ并限定販売、朝採りトウモロコシの特別販売ほか

●ビンゴゲーム参加費 200円(入館料別途)

武石森林公園マレットゴルフ場

Tel 85-2222

▶夏の競技会

●日時 7月21日(木)

●内容 賞品付きのマレットゴルフ競技大会

●参加費 500円(要予約、プレー代別途)



募集

楽しい会～!! &介護予防体操

●開催日 (毎月第1・3金曜日)
8月5日、19日、9月2日、16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

「宝くじ文化公演 アニソンファンタジックコンサート」

アニメソングのスーパースターが出演するコンサートです。
ナビゲーターによる劇風な進行で案内します。

●日時 10月2日(日) 開演15:00～ 場所 丸子文化会館 セレスホール

●出演 水木一郎(マジンガーZ)、堀江美都子(キャンディ・キャンディ)、森口博子(水の星へ愛をこめて)、高橋洋子(残酷な天使のテーゼ)

●対象 県内在住の方(4歳以上) 定員 778名

●料金 前売 一般2,000円・高校生以下1,000円(当日各500円増)チケット販売中

●主催 上田市、上田市教育委員会、(一財)自治総合センター

※宝くじの助成により特別料金となっています。 ●丸子文化会館 Tel 42-0001

第41回 信州うえだ武石夏祭り

新型コロナウイルス感染症の影響により、近年中止を余儀なくされましたが、武石地域の発展や、武石夏祭りの伝統を次世代に繋げることを目的として、感染防止対策を行いながら、第41回信州うえだ武石夏祭りを開催いたします。

●日程 令和4年8月12日(金) 夏祭りステージイベント・納涼花火打上げほか
14日(日)・親善ソフトテニス大会

・森林公園マレットゴルフ場無料開放

●交通規制 ・武石地域総合センター周辺(午後4時から午後8時45分)

(8月12日) ・武石総合グラウンド周辺(午後7時45分から午後8時45分)

●信州うえだ武石夏祭り実行委員会(武石産業建設課内) Tel 85-2828

ふるさと武石の味 料理レシピ大募集

武石地域の食文化を継承・発信するため、昔懐かしい武石ならではの郷土料理、我が家自慢のレシピを募集します。

●募集期間 8月1日(月)～8月31日(水)

●応募方法 定期送達で全戸配布したチラシの応募用紙に必要事項を記入し、郵送、電子メール、窓口持参にて御応募ください。たくさんの御応募をお待ちしています。

申問

・地域振興課

Tel 85-2824

Email: ttiiki@city.ueda.nagano.jp

一心様の火渡り・刃渡りの祭事は当面行なわれなくなります

武石地域の春の祭事である一心様は、毎年4月の第3日曜日に行われてきましたが、行者たちの高齢化により、来年以降、実施できなくなりました。

一心様のはじまりは、明治以降といわれており、火渡り・刃渡りを含む一心神社祭典行事は市の指定無形民俗文化財にも登録されています。また「一心様」とは、小寺尾で誕生した橋詰重五郎のことを指し、重五郎は深く御嶽山を信仰し、普寛法統を継いで信徒を勧奨、諸国に講社を結び御嶽信仰の普及に努めました。その橋詰重五郎の遺徳をしのんだ金子鶴蔵が、御嶽行法に精通し国明行者といわれ、この祭事を厳修してきました。

一心様の火渡り・刃渡りの祭事は当面行なわれなくなりますが、氏子をはじめ地域の皆さんの祭りを継承していく気持ちは強く、いつの日か再びこの祭事が行われることを期待しています。

萩原靖明さん(権現氏子総代)

「数年前から行者の手配が難しく、残念ながら当面一心様の火渡り・刃渡りは行えなくなりました。しかし、この伝統文化が絶えないよう、地域で伝承しながらいつの日か再開できるよう、今後も努めていきます。」



火渡りの様子

刃渡りの様子

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。

金澤 ^{みさき} 実佐樹 さん・^{けいこ} 啓子 さん(沖)
^{あいり} 愛莉 ちゃん(12歳1か月)
^{ゆい} 結愛 ちゃん(10歳6か月)
^{しゅうと} 柊斗 くん(7歳4か月)
^{すずな} 涼愛 ちゃん(4歳0ヶ月)

★にぎやかな毎日に癒されて

我が家の4人の子ども達、毎日とてもにぎやかです。

今年、年少さんになった三女は我が家のアイドルです。しぐさやしゃべり方、怒っている姿もかわいくて家族の癒しです。長女、次女はジュニアスポーツクラブのバレーボール、長男はバスケットボールに入り練習を頑張っています。試合や練習で頑張っている姿を見ることが、私の楽しみの一つです。

そんな4人の子ども達、寝顔はとってもかわいく1日の疲れもいつの間にか吹き飛びます。

★地域の優しさと、自然豊かな武石

優しい地域の方、自然豊かな武石。子育てをするにはとても良い環境だと思います。

コロナ禍前は、イベントやお祭りがあるとよく参加していました。

地域の方と関われるよい機会。早くコロナが落ち着き、以前のように楽しめるイベントができればよいと思います。

★みんなで協力、笑顔の絶えない家族に

仕事と子育てで忙しい毎日ですが、家事は夫にも協力してもらい、長女、次女には下の子の面倒をお願いし、隣に住んでいる私の両親にも助けてもらいながら、日々を送ることができています。

子育てで心掛けていることは、長男、三女とは遊び触れ合いを大切にしてお過ごしようにしています。長女と次女とは時々お風呂に入り、色々なことを話し、思いを共感しています。

これから先、4人それぞれが笑顔を保ち、たくましく成長していけるよう見守っていききたいと思います。



未就園児のあそびの広場

♪武石子育てひろば【問】武石児童館 Tel 85-2826
(担当:子育てひろばスタッフ)

開催日	内容	持ち物
8月29日(月)	縁日ごっこ	水筒・着替えなど ※要予約・先着8組
9月12日(月)	お楽しみ工作	水筒・着替えなど ※各日先着5組
9月13日(火)		
9月16日(金)		

★子育てひろば開所時間・・・9:30～12:30

★場所・・・武石児童館(子育て支援室)

※日時、あそびの内容は変わることがあります。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止になる場合がありますので、事前にご確認下さい。

※子育てひろば中止中は、イベントは行いません。



乗用草刈機、畔草刈機、 樹木破砕機を活用ください

武石地域自治センターでは、「第2次武石地域全域公園化構想」の一環として、自治会活動を対象に乗用草刈機、畔草刈機、樹木破砕機を貸し出しています。自治会での草刈作業等に活用ください。なお、貸し出しには一定の条件がありますので、お申し込みの際にお問い合わせください。【申問】産業建設課 Tel 85-2828



乗用草刈機を活用いただいた

松久宏明さん(沖自治会長)

「石が飛んで怪我をするようなこともなく、安全に短時間で作業できました。」とお話でした。



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7月1日現在)

人口 3,249人 世帯数 1,391戸
男 1,615人 女 1,634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)
除草剤、殺菌剤等の農薬や化学肥料を適正に使用し、適切に管理を
しましょう。雨水浸透枡や雨水貯留槽を設置しましょう。