



### 第33回 平和のための信州戦争展in上田

戦争の悲劇から教訓を学び、平和のために大切なことを考える講演会やパネル展示、戦争体験発表や意見交流を行います。

◇講演会  
日時 9月17日(土) 13:00～ オープニング  
演題 難民問題における人権・安全保障～ウクライナ「避難民」保護からみえる日本の姿は／渡辺彰悟氏(弁護士、全国難民弁護団連絡会議代表)

◇展示(戦争遺跡など戦争に関する資料)

9月	18日(日)	9:00～17:00
	19日(月・祝)	9:00～15:00

◇ピーストーク・ピースセッション

9月	18日(日)	10:00～	上田にも戦争があった
	19日(月・祝)	10:00～	平和な世界を築くために
		13:00～	戦時下の生活・戦争体験
			戦争の加害・被害

料金 全日程分500円(高校生以下無料)  
☎ 実行委員会事務局(西澤) ☎090-4159-0850 (人権男女共生課)

### まりこ 椀子ヴィンヤードぶどう収穫作業体験(高齢者活躍人材確保育成事業)

シルバー人材センターに入会して、椀子ヴィンヤードでワイン用ぶどうの収穫をしてみませんか。



日時 9月14日(木) 8:30～14:00  
場所 椀子ヴィンヤード(塩川4380)  
内容 午前は摘み取り作業、午後はワイン醸造見学  
対象 60歳以上でシルバー人材センターへ入会し、就業を希望する方

定員 先着15名  
持ち物 作業体験確認書、筆記用具、昼食、飲み物、農作業のできる服装(雨天時は雨具、長靴)、タオル、手袋、剪定ばさみ(無料貸出あり)  
申込 9月6日(火)までに☎へ電話で。  
☎ シルバー人材センター ☎23-6002  
☎ ハローワーク上田 ☎23-8609 (高齢者介護課)

### 上田市日本遺産 獅子舞合同演舞2022

無形民俗文化財である塩田地域の獅子舞4団体による合同発表会です。1か所ですべての獅子舞を鑑賞できる貴重な機会です。ぜひご覧ください。



日時 9月24日(土) 10:00～12:00  
場所 塩田公民館 大ホール  
出演 下之郷三頭獅子・前山三頭獅子・保野三頭獅子・別所温泉岳の織三頭獅子  
定員 先着100名  
申込 8月23日(火)～9月16日(金)に、住所、氏名、電話番号を☎へ電話、FAX、またはメールで。

☎ 上田市日本遺産推進協議会(交流文化スポーツ課内) ☎75-2005 ☎22-4131  
✉ japanheritage\_ueda@city.ueda.nagano.jp



市ホームページ

### 催し

#### 上小山びご会 (精神障がい者家族会)

精神障がいのある方やその家族が学習し、交流する会です。初めての方もお気軽にご参加ください。

日時 9月13日(木) 13:30～16:00  
場所 城南公民館  
内容 近況報告、勉強会  
テーマ「見えなくなつて 見えるもの～お話を越後誓女唄～」  
講師 広沢里枝子氏(パーソナリティ)  
対象 精神障がい者のご家族および当事者  
☎ 上小山びご会事務局 ☎24-6687 (健康推進課)

#### 認知症講演会

認知症の方や介護者が生きやすいまちにするにはどうしたら良いのかなど、講師自身の介護経験や取材を踏まえた講演会です。



日時 9月30日(金) 14:00～15:30  
場所 西部公民館 大ホール  
演題 認知症を理解し地域で支える  
講師 飯島裕一氏(信濃毎日新聞特別編集委員)  
対象 市内在住・在勤の方  
定員 先着100名(事前予約制)  
申込 8月30日(火)以降、☎へ電話で。  
その他 駐車台数には限りがあるため、当日はできる限り乗り合わせでお越しください。  
☎ 高齢者介護課 ☎23-5140

### 入札(見積)参加申請追加受付

令和4・5年度に市が発注する建設工事、建設コンサルタント業務および森林整備業務の入札(見積)に追加で参加を希望する方は「入札(見積)参加資格審査申請書」を提出してください。すでに申請されている方は、今回申請する必要はありません。なお、物品入札(見積)参加資格審査申請書は随時受付しています。

受付期間 9月1日(木)～15日(金)(必着)  
有効期間 令和4年10月1日～令和6年3月31日  
提出方法 窓窓口(市役所本庁舎3階)または郵送で。  
その他 募集要領、申請書類などは窓窓口および市ホームページにあります。  
☎ 契約検査課 ☎23-5257 ☎386-8601(住所不要)



市ホームページ

### 第22回 ふるさとCM大賞 NAGANO作品募集

上田の特徴や魅力を表現した30秒の未発表CM映像を募集します。  
申込 9月22日(木)までに、著作権チェックシート(市ホームページにあり)と作品を☎へメールまたは郵送で。  
その他 作品制作費用は応募者負担  
☎ 広報シティプロモーション課 ☎386-8601(住所不要) ☎71-8080  
✉ uedapr@city.ueda.nagano.jp



市ホームページ

### 募集

#### 暴力団追放 ポスター・標語の募集

暴力団を許さない、暴力団を排除する意識を高めるポスター・標語を募集します。※未発表作品のみ

ポスターの規格/応募数 B3判画用紙で(裏に氏名・連絡先明記) / 1枚に1作品  
標語の規格/応募数 メール、はがき、FAXで/複数応募可  
応募資格 県内居住の方  
申込 9月9日(金)(必着)までに☎へ郵送、FAX、メールで。  
☎ 長野県暴力追放県民センター ☎380-0836  
☎ 長野市大字南長野南県町685-2 ☎026-235-2140  
☎ 長野県食糧会館5階 ☎026-233-3741  
✉ boutsui@mx2.avis.ne.jp (生活環境課)

### 8月分市税の納期限

- 市県民税 2期
  - 国民健康保険税 2期
  - 後期高齢者医療保険料 2期
  - 介護保険料 2期
- 8月31日(水)までの納付をお願いします。  
☎ 収納管理課 ☎23-5117

## パブリックコメントを実施

市民の皆さんからのご意見を募集します。

#### ◇上田市歴史的風致維持向上計画(案)について

「地域における歴史的風致の維持及び向上に関する法律」に基づく歴史文化を活かしたまちづくりに関する計画です。

募集期間	公表場所	提出方法
9月16日(金)～10月16日(日)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●市ホームページ</li> <li>●窓窓口</li> <li>●行政資料コーナー(市役所本庁舎1階)</li> <li>●丸子・真田・武石地域自治センター地域振興課</li> <li>●豊殿・塩田・川西地域自治センター窓口</li> </ul>	記入用紙(公表場所にあり)に住所・氏名・電話番号・ご意見を記入し、郵送、FAX、メールまたは直接窓窓口で。 市ホームページ

その他 提出された意見は整理・要約し、意見に対する考え方をホームページなどで公表します(個人情報の公表および個別回答はしません)。

☎ 都市計画課(市役所本庁舎3階) ☎23-5127 ☎23-5138 ☎23-5138  
✉ tosikei@city.ueda.nagano.jp  
生涯学習・文化財課(市役所南庁舎1階) ☎23-6362 ☎23-6368  
✉ shogaku@city.ueda.nagano.jp

#### ◇大星斎場及び依田窪斎場の利用について(案)

上田地域広域連合で行っている斎場の利用区域と斎場使用料の見直しです。

募集期間	公表場所	提出方法
8月26日(金)～9月26日(月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●上田地域広域連合ホームページ</li> <li>●窓窓口</li> <li>●広域連合事務局総務課(丸子地域自治センター4階)</li> <li>●清浄園(常磐城2320)</li> <li>●東御市市民課</li> <li>●長和町町民福祉課</li> <li>●上田市生活環境課</li> <li>●青木村住民福祉課</li> </ul>	記入用紙(公表場所にあり)に住所・氏名・電話番号・ご意見を記入し、郵送、FAX、メールまたは直接窓窓口で。 広域連合ホームページ

その他 提出されたご意見を整理・要約し、意見に対する考え方を広域連合事務局での閲覧・広域連合ホームページへの掲載により公表します(個人情報の公表および個別回答はしません)。

☎ 丸子クリーンセンター(腰越399-1) ☎43-2131 ☎43-2149  
✉ maruko-cc@area.ueda.nagano.jp

## あたたかい心

ご寄附をいただいた皆様、ありがとうございました。厚く御礼申し上げます(6月分)。

- ◇サントミュージゼパートナーズ ～サントミュージゼの活動にご賛同いただき、協賛金をご寄附いただいた企業様～  
Bパートナー アート金属工業株式会社様
- ◇竹花茂樹様 寄附金150,000円 / 高校生を対象とした給付型奨学金の財源として
- ◇武舎哲之様 寄附金30,000,000円 / 子育て支援として
- ◇TCB東京中央美容外科様 寄附金100,000円 / 企業版ふるさと納税 子育て支援プロジェクトとして
- ◇林榮子様 中村直人作品25点 / 市立美術館「森工房コレクション」として展示
- ◇信州うえだ農業協同組合様 JA/バンク食農教育補助教材/市内各小学校へ
- ◇株式会社宮下組様 防犯カメラ一式/北小学校に設置
- ◇松山技研株式会社様 防犯カメラ一式/丸子北小学校に設置
- ◇東京特殊電線株式会社上田事業所様 防犯カメラ一式/神川小学校に設置
- ◇坂口光治様 寄附金100,000円 信州上田ふるさと先人館先人顕彰事業寄附金として、「温故創新」の書(落款 第80代内閣総理大臣 羽田孜) / 上田文化会館に展示
- ◇久保田稲子様 図書「縄文の狼 森とムラのはざま」39冊 / 市内各小中学校および各図書館へ

●ふるさと寄附金 724件 15,827,000円

イベント参加の際はマスクをお持ちください。体調のすぐれない方の参加はご遠慮ください。7月29日現在の情報のため、イベントなどは、変更となる場合があります。

場所の記載がないイベントは、窓の施設で実施します。定員、料金、申込の記載がないものは、「定員なし」・「申込不要」です。「無料」・「申込不要」です。

## フードドライブ

家庭で消費されない食料品を集め、食べ物に困っている方や福祉施設などに届ける支援活動(フードドライブ)をしています。食料品の提供にご協力をお願いします。

**日時** 9月3日(出) 10:00~11:30  
**場所** ひとまちげんき・健康プラザうえだ 受付品

次の条件を満たす缶詰、レトルト食品、乾麺、米、カップ麺などの保存できる食品

- ①賞味期限が明記され、期間が1か月以上あるもの
- ②未開封で包装や外装が破れていないもの
- ③生鮮食品以外のもの(米は2020年産以降のもの)

**☎** 上田市社会福祉協議会 ☎27・2025

(福祉課)

## 魔法の夢ノートワークショップ 【活力あるまちづくり支援金】

夢ノート作りと自分を知る質問を通して、好きやワクワクに気づくワークショップです。

**日時** 9月11日(日) 10:00~11:30  
**場所** 中央公民館  
**対象** 市内小・中学生とその保護者  
**定員** 親子20組(先着)

**持ち物**  
ノート(A4サイズ)、筆記用具、ハサミ、テープまたはのり、夢ノートに貼るための雑誌・チラシ・パンフレットなど写真が掲載されているものを2~3冊(親子それぞれで用意ください)

※持ち物の詳細は☎へご確認ください。  
**申込** 8月23日(火)以降、氏名・電話番号・お子様の学年・参加人数を☎へ電話またはメールで。

**☎** 五合サロン(宮下) ☎090-9358-8866  
**✉** gogousalon@gmail.com (市民参加・協働推進課)

## 今村翔吾のまつり旅 講演会

今年1月に「塞王の橋」で第166回直木賞を受賞された作家の今村翔吾氏を迎え講演会を開催します。

**日時** 9月17日(出) 13:45~14:15  
**場所** サントミュージゼ スタジオ  
**演題** ~夢を追いかけて~ 歴史小説「幸村を討て」に込めた思い  
**定員** 50名(申込多数の場合は抽選)  
**申込** 8月22日(月)~9月2日(金)に、住所、氏名、電話番号を☎へ電話またはメールで。

**☎** 観光課 ☎23・5408  
**✉** kanko@city.ueda.nagano.jp



## 高等学校通学費等補助金(4~9月分)の申請ができます

県内の高校などに通学する生徒の保護者に、通学費用の負担を軽減するため、補助金を交付します。

**対象要件** ①②とAまたはBに該当している方

- ①県内の高等学校、高等専門学校、特別支援学校高等部、専修学校高等課程へ入学し、3年以内であること。
- ②保護者に市税の滞納がないこと。

### A 次の自治会に住所がある生徒

対象自治会	補助金額(月額)	備考
野倉、大日向、角間、横沢、入軽井沢、岡保、傍陽中組、田中、下横道、中横道、上横道、穴沢、三島平	3,000円	—
和子、下和子、辰ノ口、腰越、鳥屋、沖	3,000円	丸子修学館高校へ通学の場合は対象外
荻窪、藪合、中島、七ヶ、片羽、堀之内、市之瀬、下本入、小沢根、余里	4,000円	—
菅平	5,000円	—
西内、平井、権現、下小寺尾、上小寺尾、唐沢小原、築地原、大布施栗栗、西武	5,000円	丸子修学館高校へ通学の場合は3,000円

### B 公共交通機関を利用し、定期券による通学距離が片道13km以上の方

公共交通機関	定期券による通学距離(市内距離に限る)	補助金額(月額)
電車	片道13km以上	市内区間定期代の20%程度
バス		

#### ●補助対象となる例

別所線「舞田駅」~「上田駅」間の9.4km、しなの鉄道「上田駅」~「西上田駅」間の4.3kmを定期券で利用した場合、通学距離(市内利用距離)13.7kmのため対象となります。

#### ●補助対象外の例

しなの鉄道「大屋駅」~「長野駅」間を定期券で利用した場合、通学距離39.7kmですが、市内利用距離9.6kmのため対象外となります。

#### 必要書類

- (1) 高等学校通学費等補助金交付申請書(学校で在学証明を受けてください)
  - (2) 納税状況調査同意書
  - (3) 定期券の写し(公共交通機関を利用しているBの該当者のみ)
- ※(1)(2)の書類は、高等学校などの事務室、☎窓口、または市ホームページにあります。

**申込** 9月1日(休)~16日(金)に必要書類を☎窓口へ。

**☎** 教育総務課 ☎23・5100 真田地域教育事務所 ☎72・2655  
丸子地域教育事務所 ☎42・3147 武石地域教育事務所 ☎85・2030

## 第40回 上田真田まつり「武者行列・決戦劇」参加者募集中!!

3年ぶりに開催する「上田真田まつり」。信州上田戦国絵巻を再現する武者行列や決戦劇に参加して一緒にお祭りを盛り上げてみませんか。

**期日** 11月6日(日) **場所** 上田城跡公園・中心市街地  
**対象** 高校生以上の方(18歳未満の方は保護者の同意が必要)  
**申込** 8月31日(水)までに申込用紙(信州上田観光協会ホームページにあり)に必要事項を記入し郵送またはメールで。  
※次の募集①と②の重複申込は不可。  
※武者衣装は主催者が用意します。



信州上田観光協会ホームページ



### ① 武者行列

**定員** 50名  
**料金** 3,000円(まつり当日徴収)  
**☎** 〒386-0024  
大手2-8-4 上田市観光会館内  
上田真田まつり実行委員会事務局  
(観光課内) ☎23・5408  
**✉** kanko@city.ueda.nagano.jp

### ② 決戦劇

**定員** 70名  
**料金** 一般4,000円、高校生3,000円  
(稽古初日または、まつり当日徴収)  
**☎** 〒386-8522 大手1-10-22  
上田商工会議所青年部内  
上田真田まつり決戦劇事務局  
☎22・4500  
**✉** uedacci.yeg@gmail.com

## 催し

### 第29回セレス・ピアノ・リレーコンサート

参加者の皆さんがピアノをリレー方式で演奏する毎年恒例の行事です。セレスホールのピアノ(ベーゼンドルファー)を弾いてみませんか。

**日時**  
【1~3部】9月18日(日)  
【4~6部】9月19日(月・祝)  
両日 9:00~17:15

**場所** 丸子文化会館 セレスホール  
**演奏方法** ピアノの生演奏(10分・3曲以内)

**定員** 先着20組(1・4部は35組)  
**料金** 1,000円/組

(録音・写真データのCD代込み)  
**申込** 8月20日(出) 9:00~31日(休)に申込書を☎窓口へ(月曜日休館)。

**詳細** 市ホームページまたは電話で。  
**☎** 丸子文化会館 ☎42・0001



市ホームページ

### けもの塾 in 信州上田「稲倉の棚田」

「ざんねんないきもの事典」監修、今泉忠明先生による、いきもの観察フィールドワーク体験モニターツアーの参加者を募集します。

**日時** 10月8日(出) 13:00~16:30  
※雨天決行

**場所** 稲倉の棚田(殿城2889-1)

**定員** 先着20名  
**料金** 1,000円

**申込** 8月23日(火)から申込受付開始。QRコードまたは「Go Nagano」で検索し、「トラベルインフォ」→「ツアーのご紹介」から予約してください。

**☎** 長野県観光機構 ☎026・219・5274 (農産物マーケティング推進室)



ホームページ

イベント参加の際はマスクをお持ちください。体調のすぐれない方の参加はご遠慮ください。7月29日現在の情報のため、イベントなどは、変更となる場合があります。

場所の記載がないイベントは、☎の施設で実施します。定員、料金、申込の記載がないものは、「定員なし」扱い、「無料」、「申込不要」とす。

講座・教室

男性の皆さん！一緒に「おやき」を作ませんか？

長野県の郷土料理「おやき」を一緒に作りませんか。お一人でも、ご夫婦でも、お子さんやお孫さんなどご家族と一緒に参加も大歓迎！作った「おやき」は持ち帰って、お家で美味しくいただきます！

上級救命講習会

その場に居合わせたあなたが応急手当の知識と技術を持っていたら、大切な命を救うことができるかもしれません。応急手当の正しい知識と技術を身につけましょう。

上田道と川の駅「安全安心イベント2022」

「安全安心な地域づくり」「もしもの時！どうするか」を楽しみながら考えよう！



外国人のための無料相談会(多言語対応)

外国籍の皆さん、困っていることは何でも相談しに来てください。

自由大学運動100年記念フォーラム

自由大学の理念と精神とはどのようなものか/長島伸一氏(長野大学名誉教授)

くらしと健康の相談会

弁護士・保健師による相談です。

文化財de文化祭in安楽寺

上田市出身の元宝塚トップスターで、上田市観光大使でもある月影瞳さんによるライブを開催します！

催し

塩田平ため池まつり

上田市の日本遺産認定ストーリーを構成する雨乞い行事「百八手」の再現イベントを開催します。

39歳以下独身者向け 婚活セミナー&交流会

①オンラインマンツーマン婚活アドバイス講座

日時 10月11日(火)~14日(金) 18:00~20:00

②男性・女性身だしなみなど&婚活セミナーと交流会

日時 10月16日(日) 13:00~16:00



若井順子氏

内容 男女身だしなみなどセミナーおよび婚活セミナー(各45分程度)

講師 ●男性・女性身だしなみなどセミナー 横山瑞枝氏(10iro salon代表)



横山瑞枝氏

③婚活交流会in菅平高原

日時 10月23日(日) 13:00~16:00(受付 12:45~)

◆①~③共通事項

対象 39歳以下の独身者(昭和58年以降に生まれた方)

イベント参加の際はマスクをお持ちください。体調のすぐれない方の参加は遠慮ください。

場所の記載がないイベントは、@の施設で実施します。「無料」、「申込不要」とす。



市ホームページ



電子申請

就労サポートセンターにご相談ください!

就労サポートセンターでは、就職や労働に関するご相談について、社会保険労務士が対応しています。

また、上田市へのUIターンを希望する方の就職についてのご相談もお受けしています。就職、労働に関するお悩みのある方はぜひご相談ください!

期間 月曜日～木曜日の午前中(祝日除く)

申込 〆へ電話で(要事前予約)。

〆 就労サポートセンター ☎26・6023



ホームページ (地域雇用推進課)

ハロートレーニング(公共職業訓練)10月開講コース

知識・技能・技術を身に付け、早期就職を目指す公共職業訓練です。

募集コース(定員)

①電気設備技術科(15名)

②ビル設備サービス科(15名)

期間 10月4日(火)～令和5年3月30日(休)の6か月

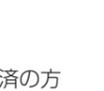
場所 ポリテクセンター長野(長野市吉田4-25-12)

対象 ハローワークに求職申込済の方

料金 無料(別途テキスト代など)

申込 9月6日(火)までにハローワーク上田窓口へ。

〆 ポリテクセンター長野 ☎026・243・7856



ホームページ (地域雇用推進課)

高齢者パソコン教室

日時(全20回) 10月6日～令和5年3月9日の木曜日 うちの20回(各回 13:30～15:30)

場所 ふれあい福祉センター

対象 市内在住の60歳以上でパソコン初心者

定員 先着8名

料金 8,000円(希望者のみ別途資料代)

持ち物 ノートパソコン(Windows8.1以降のOSでWord/Excelがインストールされているもの)

申込 8月23日(火)～9月22日(休)に電話で。

〆 福寿クラブ連合会事務局 ☎23・2387 (高齢者介護課)

山の幸染め講座Ⅳ～自然のおくりもの～

火も水も使わない染色方法「山の幸染め」で、花や葉のカタチを活かした自分だけのハロウィンの額とガーランドを作りませんか。

日時 9月21日(水) 10:00～12:00

講師 春原さゆり氏 (山の幸染めインストラクター)ほか

定員 先着12名 持ち物 筆記用具

料金 1,100円(材料費含む)

申込 8月24日(水)～9月9日(金)に電話または窓口で。

〆 西部公民館 ☎27・7544

お仕事をお探しの方へ 職業訓練施設見学会

ポリテクセンター長野(長野職業能力開発促進センター)の施設見学や受講料無料の公共職業訓練の説明会を行います。

日時 8月25日(木)、9月8日(木)・21日(水) 各日 10:00～12:00(予定)

場所 ポリテクセンター長野(長野市吉田4-25-12)

対象 ハローワークに求職申込済の方

申込 〆へ電話で。

〆 ポリテクセンター長野 ☎026・243・7856 (地域雇用推進課)



ホームページ

mama'sにここセミナー

育児に多忙なお母さんにリフレッシュいただくための、託児付き4回連続講座です。レクリエーションゲームやヨガ、食育講座などを予定しています。

日時 10月5日、11月9日、12月7日、1月11日の水曜日 各日 10:00～11:30

対象 4か月～3歳未満のお子さんを持つ保護者

定員 先着12組

料金 400円(初回徴収、別途材料費などが必要な場合あり)

持ち物 託児に必要なもの

申込 8月30日(水) 10:00以降、電話で。

〆 中央公民館 ☎22・0760

ペアレント・トレーニング

「落ち着きがない」「かんしゃく」などお子さんの行動に困っていて、子育てに不安を感じている保護者の方のための講座です。

日時(全8回)

9月26日、10月3日・17日・31日、11月14日・28日、12月12日・26日 月曜日 10:00～12:00

場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ

対象 おおむね小学4年生以上の児童を持つ保護者 ※全日程参加が原則

定員 先着6名(託児はありません)

申込 9月14日(水)までに電話で。

〆 発達相談センター ☎24・7801

定年退職前後の手続きセミナー

年金申請、健康保険切替、雇用保険受給手続き、再雇用などについて説明します。

日時 9月17日(土) 9:30～12:00

場所 勤労者福祉センター

講師 横沢宏和氏(社会保険労務士)

対象 これから定年を迎える方、定年退職後も継続して雇用されている方

定員 先着20名 持ち物 筆記用具

申込 9月15日(木)までに電話で。

〆 地域雇用推進課 ☎26・6023

犬のしつけ方教室

日時

●学科講習(1回) 9月17日(土) 13:30～15:30

●実技講習(5回) 9月24日、10月1日・8日・15日・22日の土曜日(予備日10月29日) 各日 13:30～15:00

場所 上田合同庁舎

対象 犬の登録、狂犬病予防注射、その他ワクチン接種済の生後4か月以上の犬(1歳未満が望ましい)の飼い主で、原則全日程参加可能な方。

料金 5,000円(初回徴収)

持ち物 犬の鑑札およびワクチン接種証明書、リードなど

申込 9月9日(金)までに〆へ電話で。

〆 長野県動物愛護会上小支部(上田保健福祉事務所内) ☎25・7153 (生活環境課)

ママたちのほっとタイム

NPプログラム(子育て中の親応援プログラム)で、子育て中の仲間と色々なことを話してみませんか。メンバーでテーマを決めて話し、学び合う参加者主体の講座です。

日時(全6回)

10月19日(水)・26日(水)、11月2日(水)・9日(水)・16日(水)・22日(水) 各日 10:00～12:00(受付 9:45～)

場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ 2階

対象 市内在住で就園前のお子さんを持つ保護者(35歳以上で第一子を出産された方)

定員 先着7名(託児あり)

持ち物 飲み物、お子さんに必要な物(飲み物、オムツ、着替え1組、フェイスタオルなど)

申込 10月4日(水)までに〆へ電話で。

〆 中央子育て支援センター ☎26・3096 (子育て・子育て支援課)

講座・教室

やさしいボールペン字講座

今、手書きの良さが見直されています。日常よく使われるボールペンで縦書きや横書きなどの書き方を学びましょう。

日時(全6回)

9月11日・25日、10月2日・23日、11月6日・20日の日曜日 各回 10:00～11:30

講師 浜村敏雄氏(ペン字検定1級、東京書道教育会正師範)

対象 市内在住・在勤・在学の方

定員 先着14名

料金 1,800円(初回徴収)

持ち物 黒色ボールペン(0.7～1mm)、ソフト下敷き(お持ちの方)

託児 1歳～未就学児のお子さん(先着3名)

申込 8月23日(水)～9月6日(水)に〆へ電話で。

〆 市民プラザ・ゆう ☎27・2988 (人権男女共生課)

求職中の若者のためのパソコン講座

就職を望む若者を対象とした実務に役立つ講習です。ワード・エクセルの基本操作と応用(office2019を使用)を学びます。

日時(全5回)

9月21日(水)～28日(水) 各日 10:00～12:00 ※土日祝日除く

場所 若者サポートステーション・シナノ(大手2-3-4 大手ビル2階)

対象 15～49歳の求職中の方

定員 先着5名

料金 無料(別途テキスト代)

申込 8月25日(木)以降、〆へ電話で。

その他 9月20日(水) 10:00からの講座説明会への参加必須。

〆 若者サポートステーション・シナノ ☎75・2383 (地域雇用推進課)

～ありがとう60年～ 第60回信州上田 丸子夏期大学

「多様性の時代を生きる」をテーマに、各分野を代表する専門家を招いて5回の講座を開催します。

日時/演題/講師

①8月23日(水) 18:00～19:30

／ロシア・ウクライナ戦争と日本の安全保障 /小泉悠氏(東京大学先端科学技術研究センター講師)

②9月1日(木) 15:00～16:30

／木曾義伸と信濃武士のネットワーク /村石正行氏(長野県立歴史館文献史料課長)

③9月6日(火) 15:00～16:30

／人生100年時代の生き方を創造しよう～60歳を過ぎると、人生はどんどんおもしろくなります～ /若宮正子氏(ITエヴァンジェリスト・デジタルクリエイター)

④9月10日(土) 14:00～15:30

／あえて日本語の中で生きるということ /ロバートキャンベル氏(日本文学研究者・早稲田大学特命教授)

⑤9月13日(火) 18:00～19:30

／丸子から始める人・自然が笑顔になるまちづくり /中島恵理氏 (信州大学経済学部特任教授・元長野県副知事)

場所 丸子文化会館 セレスホール

〆 丸子公民館 ☎42・3147



市ホームページ

イベント参加の際はマスクをお持ちください。体調のすぐれない方の参加はご遠慮ください。7月29日現在の情報のため、イベントなどは、変更となる場合があります。

場所の記載がないイベントは、〆の施設で実施します。「無料」「申込不要」とは、定員、料金、申込の記載がないものは、「定員なし」「無料」「申込不要」です。



料金 1,000円  
 種目/講師  
 ●サッカー/片山真人氏  
 (松本山雅クラブプロモーション担当)  
 ●水泳/金藤理絵氏  
 (リオ五輪平泳ぎ200m金メダリスト)  
 申込 8月24日(木) 14:00以降、☎へメールで。  
 ◇保護者対象のヨガ&ストレッチ教室  
 時間 10:00~11:00  
 場所 真田中央公民館大ホール  
 料金 500円  
 申込 8月24日(木) 14:00~、☎へメールで。  
 ☎さなだスポーツクラブ  
 ☎72-2657(14:00~、火曜定休日)  
 ☒ sanadasc@ueda.ne.jp  
 (真田地域教育事務所)

### 子どもと親子の運動教室

①ポッポ体操教室  
 幼児と保護者が一緒に運動し、運動好きな子どもを育てます。  
 日時 9月6日(火)・20日(火)  
 両日 10:30~11:30  
 場所 上田城跡公園体育館 剣道場  
 対象 1歳半~未就園児とその保護者  
 料金 700円  
 ②親子運動あそび教室  
 保護者と一緒に遊び感覚で運動することで、運動好きな子どもを育てます。  
 日時 9月10日(土) 10:00~11:00  
 場所 神川小学校体育館  
 対象 年少~年長児と保護者  
 料金 500円  
 ③キッズ身体機能向上教室  
 身体の使い方を覚え、スポーツに適応できる能力を育てる教室です。  
 日時 9月17日(日) 10:00~11:00  
 場所 川辺小学校体育館  
 対象 小学1~3年生  
 料金 500円/名  
 ◇①~③共通事項  
 持ち物 室内用運動靴、タオル、飲み物  
 申込 開催日前日 15:00までに☎へ電話で。  
 ☎ ① ② ③ 共通事項  
 ☎ クラブUSC ☎26-5320  
 (平日 10:00~16:00)  
 (スポーツ推進課)

### 親子スポーツフェア

スポーツを通じて親子でふれ合い、カラダを動かす楽しさを感じてみませんか。  
 日時 9月23日(金・祝) 9:15~11:30  
 (受付 9:00~)  
 場所 上田城跡公園体育館  
 内容(定員)  
 ①色々運動遊び体験教室(先着100組)  
 ②親子チャリディング教室(先着20組)  
 ③親子一緒にエンジョイバランスボール教室(先着15組)  
 対象 年少~年長児の親子(②は小学3年生まで参加可)  
 持ち物 室内用運動靴、タオル、飲み物  
 申込 8月24日(木)以降、①~③それぞれにメールで。  
 ①さなだスポーツクラブ  
 (☎ sanadasc@ueda.ne.jp)  
 ②うえだミックススポーツクラブ  
 (☎ club@u-mixsports.com)  
 ③クラブUSC(☎ usc@theia.ocn.ne.jp)  
 その他 詳細は市ホームページをご確認ください。  
 ☎ 上田市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会事務局  
 (☎ クラブUSC)  
 ☎26-5320(平日 10:00~16:00)  
 (スポーツ推進課)

### チャレンジスポーツ塾in真田

2年ぶりの開催! トップアスリートと一緒にスポーツを楽しみましょう!  
 期日 9月11日(日)  
 時間  
 ●午前の部 9:30~11:15(受付 9:15~)  
 ●午後の部 13:15~15:00(受付 13:00~)  
 集合場所 真田運動公園グラウンド  
 (雨天時は真田体育館)  
 種目/対象/午前・午後の定員  
 ●サッカー/小学1~3年生(午前の部)、小学4~6年生(午後の部)/各先着50名  
 ●水泳/小学1~6年生/各先着35名  
 (スポーツ推進課)

☞ 続<

### 第11回 美ヶ原高原ノルディックウォーキング

美ヶ原高原美術館駐車場から、美しい塔、王ヶ頭(昼食)を巡る往復約9kmのコースです。  
 日時 9月4日(日) 9:45~15:00頃  
 (受付 9:30~)  
 集合場所 美ヶ原高原美術館駐車場  
 対象 どなたでも(小学生以下は保護者同伴)  
 料金 500円(保険代含む、小学生無料)  
 持ち物 ウォーキング専用ポール(先着で無料貸出しあり)、昼食、敷物、飲み物、雨具など  
 申込 8月22日(月)~30日(火)に電話で。  
 ☎ 美ヶ原観光連盟事務局  
 (武石産業建設課内)  
 ☎85-2828(平日のみ 9:00~17:00)

### 第10回 クラブUSCバドミントン交流会

最近バドミントンを始めた方や生涯スポーツとして楽しむ方が気軽に参加できる交流会です。  
 日時 10月9日(日) 9:00~17:00  
 (受付 8:30~)  
 場所 上田城跡公園体育館  
 対象  
 ①男子ダブルス・女子ダブルス(初心者クラス・初級クラス)  
 ②混合ダブルス(初心者クラス・初級クラス)  
 ※個人での申込可  
 (クラブUSCでペアを決めます)  
 ※過去優勝者はペアを変更してお申し込みください。  
 料金  
 ●初級クラス・混合 1,000円/名  
 ●初心者クラス 中学生以上1,000円/名、小学生500円/名  
 申込 9月20日(火)までに☎へ電話またはFAXで。  
 ☎ ① ② ③ 共通事項  
 ☎ クラブUSC ☎26-5320(FAX兼用)  
 (平日 10:00~16:00)  
 (スポーツ推進課)

### 体力測定をして自分の体力年齢を知ろう

自分に適した運動をするためにも、まずは体力を知ることが大切です。この機会に自分の体力年齢を測定してみましょう。  
 期日 9月17日(日)  
 時間/場所 (受付は各終了時刻の30分前まで)  
 ●10:00~12:00/上田城跡公園体育館  
 ●14:00~16:00/丸子総合体育館  
 種目/内容  
 年齢区分により次の6種目を測定。  
 ●各年齢共通種目  
 /握力・上体起こし・長座体前屈  
 ●64歳以下の種目/反復横とび・立ち幅跳び・20mシャトルラン  
 ●65歳以上の種目/開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行  
 ※当日の体調などにより、一部または全部の測定をお断りすることがあります。  
 持ち物 室内用運動靴、飲み物、タオル  
 ☎ スポーツ推進課 ☎23-6372

### 第33回ともしびの里駅伝大会

日時 10月23日(日) 10:00~ ※雨天中止  
 コース 武石ともしび博物館前スタート(全7区間25.1km)  
 対象 小学4年生以上(小・中学生は保護者承諾書の提出が必要)  
 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)  
 料金 12,000円/チーム  
 申込 9月16日(金) 17:00までに、申込書(各公民館や市ホームページにあり)を☎へ郵送、メールまたは電子申請で。  
 ☎ ともしびの里駅伝大会実行委員会 ☎85-2030  
 ☒ tkyoiku@city.ueda.nagano.jp ☎386-0592 下武石742  
 (武石地域教育事務所)

対象 ハローワークに求職登録をしている障がい者の方  
 料金 無料(テキスト代など)  
 申込 9月5日(月)までにハローワーク上田窓口へ。  
 入校選考  
 9月12日(月) 13:30~、アナハイムパソコンスクールで。  
 ☎ 佐久技術専門学校 ☎0267-62-0549  
 (地域雇用推進課)

### 健康・スポーツ

### 武石健康ウォーキング

自然の中で森林浴を楽しみながら、武石の栗葉深谷、竜ヶ沢ダム方面を歩きます(約4km)。  
 日時 9月17日(日) 9:15~12:00  
 (受付 9:00~)  
 ※小雨決行・荒天時延期  
 集合場所 武石観光センター 駐車場  
 対象 市内在住の方  
 定員 先着20名  
 持ち物 飲み物、帽子、雨具  
 申込 8月29日(月)~9月9日(金)に☎へ電話で。  
 ☎ 武石スポーツ協会 ☎85-2280  
 (健康推進課)

### アリオモールウォーキング教室

歩き方などの指導の後で店内を歩きます。季節、天候に左右されずに快適に健康ウォーキングを楽しみましょう。  
 日時/場所(アリオ上田)  
 8月26日(金)/星のコート  
 9月26日(月)/太陽のコート  
 10月14日(金)/星のコート  
 各日 10:00~11:00  
 ☎ ① ② ③ 共通事項  
 ☎ クラブUSC ☎26-5320  
 (平日 10:00~16:00)  
 (スポーツ推進課)

### 講座・教室

### 「甲乙共通課程」防火管理講習

多くの方が出入りし、勤務または居住する建物には、収容人員により、防火管理者を選任しなければなりません。防火管理者の資格(甲種・乙種)を付与する講習です。  
 日時 10月20日(木)・21日(金) 両日 9:30~16:30  
 ※乙種は20日のみ  
 場所 上田創造館 定員 先着100名  
 料金 甲種4,000円、乙種3,000円(上田地域防火協会員は半額)  
 ※当日徴収  
 申込 9月20日(火) 9:00以降、☎または丸子・真田・東御・依田窪南部消防署窓口で。  
 ☎ 消防本部予防課 ☎26-0029

### アウトドアを楽しむ講座

前日に講習を受け、翌日、花の百名山「根子岳」の登山を楽しみます。  
 ①事前講習  
 日時 9月10日(土) 18:30~20:00  
 場所 中央公民館 3階視聴覚室  
 料金 1,100円  
 ②根子岳登山  
 日時 9月11日(日) 9:00~16:00  
 集合場所 やまぼうし自然学校(菅平高原1223-5751)  
 料金 2,000円  
 ◇①②共通事項  
 講師 加々美貴代氏(やまぼうし自然学校代表理事)  
 対象 20歳以上の方 定員 先着10名  
 申込 8月23日(火)~9月5日(月)に電話で。  
 ☎ 中央公民館 ☎22-0760

### 障がい者対象公共職業訓練

募集コース(定員)  
 パソコン実務とビジネスマナー科2(6名)  
 期間 9月21日(火)~12月20日(火)  
 場所 アナハイムパソコンスクール(御所607)

☞ 続<

7月29日現在の情報のため、イベントなどは、変更となる場合があります。

場所の記載がないイベントは、☎の施設で実施します。「無料」、「申込不要」とは、



施設イベント

武石ともしび博物館

☎85・2474  
(月曜日・祝日の翌日休館)

はぎみ 秋見の茶会

秋の茶会を3年ぶりに開催！萩を見ながらの点出しによるお茶会です(要事前予約)。

【日時】9月3日(日)  
①10:00～、②10:40～、③11:20～  
④13:00～、⑤13:40～ 【対象】どなたでも 【定員】各回先着20名 【料金】お茶は無料(別途入館料 一般400円、小・中学生200円) 【申込】8月23日(火)～31日(水)の9:00～16:00に電話で。



信濃国分寺資料館

☎27・8706  
(水曜日・祝日の翌日休館)

奈良時代を学ぶ会

全国そして上田にある国分寺は、いつ、どんな目的で建てられたのでしょうか。長野県で唯一の国分寺建立の背景を、当時の資料の現代語訳で学びます。全3回の連続講座です。

【日時】9月17日(土)、10月15日(日)、11月12日(日) 各日 13:30～15:00

【内容】当時の正史「続日本紀」をテキストに、聖武天皇による国分寺建立の時代を学習します。【講師】倉沢正幸氏(元市立博物館館長) 【対象】一般(どなたでも)

【定員】先着40名 【料金】300円(全3回分) 【持ち物】筆記用具 【申込】8月19日(金)～9月9日(金)に電話で。※個別回での申込はできません。

集合場所 真田保健センター 駐車場  
対象 市内在住の方 定員 先着20名  
持ち物 飲み物、雨具、帽子、万歩計、ウォーキングポール(必要な方)  
申込 8月24日(水)以降、☎へ電話で。  
☎ 72・2657(14:00～、火曜日定休)  
(健康推進課)

あたま・からだ元気体操&太極拳 & 古城緑地公園ウォーキング

あたま・からだ元気体操(30分)後、太陽の光を浴びながら太極拳で呼吸と身体を整え(20分)、古城緑地公園周辺を約3km(1時間)歩きます。  
日時 9月3日(日) 6:30～8:30  
(受付 6:15～6:30) ※雨天中止

🔗 続く

第71回 上田市民総合体育大会

競技名	開催日	場所	申込	問い合わせ先
グラウンド・ゴルフ	9月24日(日)	千曲川河川敷芝生グラウンド	9月19日(月・祝)までに電話で。	上田市グラウンド・ゴルフ協会(猪飼) ☎090-9244-0250
ソフトテニス	①9月24日(日) ②10月30日(日)	上田古戦場公園テニスコート	①9月9日(金) ②10月14日(金)までにメールで。	上田ソフトテニスクラブ ☎090-2741-4168(富沢) ☒ takenkentaken@yahoo.co.jp(田口)
ソフトボール	①9月25日(日) ②10月2日(日)	染屋台多目的グラウンド 諏訪形グラウンド	8月23日(火)までに電話またはFAXで。	上田ソフトボール協会事務局(矢島) ☎27-6117(FAX兼用) ☎090-4372-4125
バドミントン(一般の部)	9月18日(日)	上田城跡公園 第二体育館	9月8日(木)までに電話またはFAXで。	上田バドミントン協会事務局(金井) ☎27-4320(FAX兼用)
マレットゴルフ	9月18日(日)	塩田の郷マレットゴルフ場(☎39-4455)	9月8日(木)までにゴルフ場へ電話で。	上田市マレットゴルフ協会事務局(小林) ☎38-3277 ☎090-2176-9748
硬式テニス	①9月25日(日) ②10月16日(日) ③10月15日(日)	上田古戦場公園テニスコート	①9月11日(日) ②10月2日(日) ③10月1日(日)までに上田テニス協会ホームページで。	上田テニス協会 ☎090-1608-7301(但田) ☎090-1828-3912(富松)
柔道	10月16日(日)	上田城跡公園 柔道場	9月30日(金)までに電話で。	上田市柔道協会 たぐち接骨院(田口) ☎27-5787
相撲	9月25日(日)	上田城跡公園 相撲場	8月30日(火)～9月18日(日)に電話またはメールで。	上田市スポーツ協会(西川) ☎27-9400 ☒ taikyo@po2.ueda.ne.jp
卓球	10月2日(日)	上田城跡公園 体育館	9月11日(日)までに申込書を郵送またはメールで。	上小卓球協会 大会担当(花岡) ☎090-8593-7845 ☒ egaogasaki22@gmail.com ☎386-1325中野127-13
軟式野球(学童の部)	9月23日(金・祝) ・24日(土)	丸子総合グラウンド	8月31日(水)17:00までに申込書を上田市スポーツ協会へ持参。	上田市スポーツ協会(小林) ☎27-9400 ☒ taikyo@po2.ueda.ne.jp
ゴルフ	10月23日(日)	上田丸子グランヴィリオゴルフ倶楽部	8月23日(火)～10月7日(日)に、申込書をスポーツ推進課、丸子総合体育館、真田・武石地域教育事務所へ。	スポーツ推進課 ☎23-5196 ☎23-6368

このマークは、健康づくりチャレンジポイント対象事業です。

集合場所 上田道と川の駅  
対象 市内在住の方 定員 先着15名  
持ち物 飲み物、帽子、雨具、ポール(無料貸出あり)  
申込 8月22日(月)～9月2日(金)に☎へ電話で。  
☎ 健康推進課 ☎28-7123 (当日のみ)信州上田ノルディックウォーキング協会 ☎24-1812

今から始める“美BODY” フィットネス講座

毎回違った運動を通じてカラダを動かす楽しさを体験しませんか。  
日時 9月5日(月)・12日(月) 両日 10:00～11:00  
場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ 2階多目的ホール  
対象 30～50代の女性の方 ※お子様連れ参加はご遠慮ください  
定員 先着15名  
持ち物 室内用運動靴、飲み物  
申込 8月22日(月)～31日(水)に電話または電子申請で。  
☎ 健康推進課 ☎28-7123



太極柔力球体験会

太極拳と球技の要素を融合させた中国生まれのニュースポーツです。ラケットとボールを操り、ゆっくりとした動作で、全身の血行促進、足腰の筋力アップ、肩こり解消、バランス力の向上などが期待できる運動です。  
日時 9月7日(水)・21日(水) 両日 10:00～11:00  
場所 上田城跡公園 第二体育館  
講師 陳瑞琦氏(太極柔力球コーチ・中国一級社会体育指導員)  
料金 500円/回  
持ち物 飲み物、タオル、上履き(用具は無料貸出)  
申込 参加希望日の前日までに☎へ電話で。  
☎ クラブUSC ☎26-5320 (平日 10:00～16:00)  
(スポーツ推進課)

ゆるチャリ倶楽部

車や徒歩とは違う速度で、塩田平を楽しみましょう。「3密」になりにくいサイクリングを自転車のブコによるガイド付きで楽しめます。  
日時 9月10日(土)、10月22日(土)、11月12日(土) 各日 9:30～11:30  
集合場所 うえだミックススポーツクラブ事務所前(本郷631-2)  
対象 中学生以上(自転車保険加入の方)  
定員 各回8名 料金 1,000円/回  
持ち物 飲み物、ヘルメット、自転車(種類不問)  
申込 8月23日(火)以降、☎へ電話で。  
☎ うえだミックススポーツクラブ ☎71-5392(平日 9:00～17:00)  
(スポーツ推進課)

アクアボールエクササイズ

温泉プールで2本の水中ボールを使い、ウォーキングなどのエクササイズを行います。  
日時 9月20日(火) 10:30～11:15  
定員 先着12名程度  
料金 810円(施設使用料込み)  
持ち物 水着・タオル(有料貸出あり)、水泳キャップ(無料貸出あり)、飲み物  
申込 8月24日(水)10:00以降、☎へ電話または窓口で。  
その他 丸子地域自治センターから送迎バス(9:40発)を運行。  
☎ クアハウスかけゆ ☎44-2131 (10:00～20:00 第2・4火曜日休館)  
(丸子産業観光課)

ノルディックウォーキングで歩く 下半過地域

ノルディックウォーキングの講習後、上田道と川の駅から半過トンネルを通り下半過地域を巡ります。ポールを使うためリュックサックなどでお越しください。  
日時 9月11日(日) 9:00～12:00 (受付 8:30～) ※小雨決行

🔗 続く

健康・スポーツ

介護予防体操

期日 ①9月2日(金)・14日(水)・21日(水) / 高齢者福祉センター  
②9月6日(火) / 丸子総合体育館 9月20日(火) / 長瀬市民センター  
③9月14日(水)・26日(月) / 真田中央公民館  
④9月2日(金)・16日(金) / 武石地域総合センター  
時間 10:30～11:30  
定員 ①のみ各回先着30名  
持ち物 飲み物、②のみ敷物(バスタオルなど)と室内用運動靴  
申込 ①のみ、8月24日(水)以降、電話で。 ※複数日の申込不可 ※②～④は申込不要  
☎ 高齢者介護課 ☎23-5140

レベルアップバドミントン教室

目指せ！桃田選手・奥原選手。バドミントンの技術を更に向上させる教室です。  
コース/初回 ①木曜日コース/9月8日(日)  
②土曜日コース/9月10日(火)  
③木・土曜日コース/9月8日(日) いずれも 19:00～21:00  
場所 木曜日(①③)真田中学校体育館 土曜日(②③)真田体育館  
対象 中学生・高校生(経験者)  
定員 先着15名  
料金 ①2,700円/月 ②3,600円/月 ③6,000円/月  
持ち物 室内用運動靴、ラケット  
申込 8月24日(水) 14:00以降、☎へ電話で。  
☎ さなだスポーツクラブ ☎72-2657(14:00～、火曜日定休日)  
(真田地域教育事務所)

7月29日現在の情報のため、イベントなどは、変更となる場合があります。

場所の記載がないイベントは、☎の施設で実施します。定員、料金、申込の記載がないものは、「定員なし」扱い、「無料」、「申込不要」とします。



### 上田情報ライブラリー

☎29・0210(火曜日休館)

#### おはなし会

絵本大好きっ子集まれ～！  
読みの会「稲穂」の皆さんによる大型絵本や紙芝居などの読み聞かせです。  
【日時】9月3日(出) 11:00～11:30 【対象】幼児～小学生とその保護者

#### 「こころ」と頭の実用セミナー

大事なことを、気持ちよくできるようになるための実用的な技術を学ぶ参加型セミナーです。  
【日時】9月14日(水) 18:30～20:10(受付 18:20～) 【テーマ】手帳でつくる新しい「わたし」！ 【講師】中澤武氏(哲学者) 【対象】18歳以上 【定員】先着20名 【料金】500円(資料代) 【持ち物】筆記用具 【申込】8月25日(木)以降、電話または窓口で。

#### 地域の文化を支えた人々 Part10

学術・芸術などの6つの分野に貢献した人物の話を紹介しながら、上田地域の文化の発展について学ぶ講座です。  
【日時】9月14日(水) 14:00～15:30(受付 13:45～) 【テーマ】スポーツ 夏のオリンピックに参加した上田の女性 【講師】杉山洋子氏(上田女性史研究会事務局) 【定員】先着30名 【料金】100円(資料代) 【申込】8月22日(月)以降、電話または窓口で。

#### ライブラリーコンサート

ハーモニカで歌う名曲の調べ  
【日時】9月17日(出) 18:45～20:00(受付 18:15～) 【出演】信州国際音楽村ハーモニカメイツ 【曲目】夜明けの歌 ほか 【定員】先着50名 【料金】1,200円(前売り1,000円) ※高校生以下無料(要申込) 【申込】8月22日(月)以降、電話または窓口で。

### マルチメディア情報センター

☎39・1000(水曜日休館)

#### ステップアップPhotoshop講座

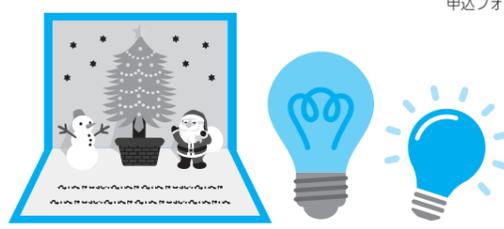
PhotoshopCC2021のレイヤー、マスク、文字、画像加工フィルター、Web画像などについて全4回で学びます(CC2021使用)。  
【日時】9月16日・30日、10月7日・14日の金曜日 13:30～16:00  
【講師】竹内浩司氏(デザイナー) 【対象】Photoshopの基本操作ができる方 【定員】先着10名 【料金】6,420円(テキスト代込み) 【申込】9月2日(金)以降、電話で。

#### Filmoraでカンタン動画編集！

動画編集ソフトFilmora(フィモーラ)を使って動画作成を学びます。動画の切り抜き・切り替え効果・テロップ作成・音楽の挿入などをし、動画の書き出しまでを行います。  
【日時】9月3日(出) 9:30～12:00 【対象】パソコンで動画編集をしたい方で、文字入力ができる方 【定員】10名(申込多数の場合は抽選) 【料金】1,500円 【持ち物】ファイルを持ち帰りたい方はUSBメモリ 【申込】8月26日(金)までに電話で。

#### Excel初心者2日間コース

表計算ソフトExcelの基本操作を学ぶセミナーです。数値の入力と計算の基礎、基本の関数、グラフの作成、データベースの基本操作を学びます(Microsoft365/2019対応)。  
【日時】9月8日・15日(水) 13:30～16:00 【対象】文字入力ができる方 【定員】10名(申込多数の場合は抽選) 【料金】3,820円(テキスト代込み) 【申込】8月26日(金)までに電話で。

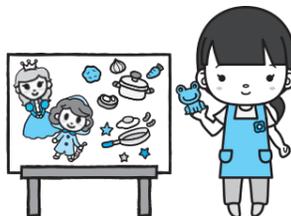


### 真田図書館

☎72・8080(月曜日休館)

#### おはなし広場

「たまたま箱」の皆さんによるパネルシアターです。  
【日時】9月17日(出) 10:30～  
【対象】どなたでも 【定員】20名程度



#### 休館のお知らせ

資料整理・蔵書点検などのため休館します。  
なお、他のエコー管管内図書館(上田図書館、創造館分室、上田情報ライブラリー、丸子図書館、武石公民館図書室、東御市・坂城町・青木村・長和町の各図書館)は休館日を除いて開館しています。休館中の本の返却は、返却ポストまたは他のエコー管管内図書館へお願いします。  
【休館期間】9月6日(火)～9日(金)

### 信州国際音楽村

☎42・3436(月曜日休館)

#### 尺八&Piano Duo 長野公演

尺八世界チャンピオン岩田卓也とピアニストMAKIによるDuo。ゲストに和太鼓奏者・山部泰嗣を迎えさらにアグレッシブなサウンドへ。  
【日時】9月4日(日) 14:00開演 【場所】ホールこだま  
【出演】岩田卓也(尺八)、MAKI(作編曲・ピアノ) 【ゲスト】山部泰嗣  
【料金】一般3,000円、18歳以下1,800円※対象年齢4歳以上  
【プログラム】Gold Leaf、トルコ行進曲、カッチーニのアベマリア ほか



#### 上田-ウィーンアカデミー2022

元ウィーンフィルハーモニー管弦楽団バストロンボーン奏者のカール・ヤイトラー氏を音楽監督に迎え、ウィーンで伝統的な音楽を学ぶ管楽器のためのセミナーです。9月19日の野外ステージでのコンサートや期間中のさまざまなイベントを通して、一流の演奏家と愛好家楽しく交流します。  
【期間】9月15日(木)～19日(月・祝) 【場所】信州国際音楽村一帯  
【出演】カール・ヤイトラー、市村信持(元群馬交響楽団バストロンボーン) ほか



#### KODAMAサロン鈴木学(ヴィオラ)&田村響(ピアノ)デュオリサイタル

ホールこだままでの定例コンサートです。9月は東京都交響楽団ソロヴィオラ首席奏者の鈴木学氏が登場します。ピアニストには田村響氏を迎え、シューマンやブラームスといったドイツロマン派の音楽をたっぷりお届けします。  
【日時】9月24日(出) 14:00開演  
【場所】ホールこだま  
【料金】2,000円 【プログラム】おとぎの絵本 作品113(シューマン)、ソナタ第1番(ブラームス)ほか



### エコ・ハウス(上田クリーンセンター内)

☎23・5144(受付時間:月～金曜日 10:00～16:00)

#### 不用品交換情報 ※7月1日時点の登録状況です。

不用品の紹介は1回につき1件まで。ゆずりたい方とゆずってほしい方双方の責任により利用していただきます(金銭の授受は一切なしとします。登録は3か月です) 【ゆずります】加湿器/折りたたみすのこベッド/座卓(120×85cm)/台はかり(40kg計量)/据置型拡大読書器/電子ピアノ/ガステーブル/座布団/敷き布団/マットレス(4枚)/タオルケット(3枚)/毛布(3枚)/夏掛け布団(4枚)/キルトケット(2枚)/炭(2箱) 【ゆずってください】冷凍冷蔵庫/電気炊飯器(1升炊き)/卓上ミシン/扇風機/塩田中運動着(夏用・冬用)/チャイルドシート



#### 古着を回収します

家庭で不用となった古着など(まだ着られる、または使える状態のものに限る)を回収します。外から中身が見えるよう、ビニール袋に入れてお持ち込みください。  
【日時】9月2日(金) 10:00～12:00

#### さき織り教室

ご自宅にある古布を使ってティーマットを作ってみませんか。  
【日時】9月13日(火) 10:00～12:00 【対象】どなたでも  
【定員】先着5名 【料金】500円 【持ち物】着物が浴衣を裂いた布(1cm幅に裂いたものを5m分) 【申込】8月23日(火)以降、電話または窓口で。



### 施設イベント

#### 上田市公文書館

☎75・6682 月曜日・祝日の翌日休館  
☒ kobunshokan@city.ueda.nagano.jp

#### 公文書館所蔵資料展開催中

第10回所蔵資料展「上田町役場開設から産業道路建設までー明治・大正・昭和の公文書にみる上田市の歴史ー」を開催中です。多くの皆さまのご来館をお待ちしております。  
【期間】10月9日(日)まで  
【場所】上田市公文書館1階ロビー  
【観覧料】無料(ただし丸子郷土博物館内を観覧の場合は一人100円)



#### 上田図書館

☎22・0880(月曜日休館)

#### おはなしと本の会

「おはなしざしきわらしの会」の皆さんによる、おはなしやわらべうたです。  
◇上田図書館  
【日時/対象】9月10日(出) 10:30～10:50 / 未就園児、11:00～11:20 / 園児・児童  
◇創造館分室  
【日時/対象】9月24日(出) 10:30～10:50 / 未就園児、11:00～11:20 / 園児・児童  
◇共通事項  
【定員】各10名程度

#### 上田社会教育大学連携講座

上田社会教育大学で学んでいる学生が講師となって行う公開講座の第3回目です(全5回)。  
【日時】9月24日(出) 13:30～  
【演題】『銀の影』をめぐる  
【講師】大倉みつ子氏 【定員】先着30名  
【申込】8月27日(出)以降、電話または窓口で。

#### 丸子図書館

☎42・2414(月曜日休館)

#### おはなし会

「お話を楽しむ会」の皆さんによる絵本の読み聞かせなどを予定しています。  
【日時】9月17日(出) 10:30～  
【定員】先着12組 【申込】9月1日(木)～16日(金)に、電話または窓口で。

7月29日現在の情報のため、イベントなどは、変更となる場合があります。

場所の記載がないイベントは、☎の施設で実施します。【無料】、「申込不要」です。