

# さなだ

2023

3  
月号

No.91



## 【豆まき会】

2月5日(日)、幸村街道会主催による豆まき会が真田中央公民館で行われました。オープニングでは信州真田六文銭太鼓保存会による演舞や尺八の演奏があり、豆まきが始まると、ステージ上から撒かれる豆やお菓子に明るい歓声が上がりました。豆の袋の一部には、会場外の引換所でお菓子やおもちゃなどの景品と交換できる引換券が入っているものもあり、久しぶりの地域の行事に大人も子どもも溢れる笑顔が印象的でした。



# 真田地域協議会だより

問 真田地域振興課

有線 2015

☎ 72-22202

◆第10回真田地域協議会（令和5年1月24日開催）

◆第11回真田地域協議会（令和5年2月28日開催）

1月の地域協議会は悪天候のため中止とし、審議予定であった「地域振興事業基金の活用」について、書面審議を行いました。

2月の地域協議会では、生涯学習・文化財課から「上田市文化財保存活用地域計画」についての説明があり、委員から計画の目的に関する質問等がありました。

## 委員の変更

団体役員改選により、令和5年1月24日付真田地域協議会委員委嘱がありましたのでお知らせします。

推薦団体：真田地域民生委員・児童委員協議会

推薦委員：廣瀬しず江委員（第9期任期令和6年3月31日まで）

## さなだスポーツクラブからのお知らせ

3月26日(日)

さなだスポーツクラブ杯  
「スポーツ鬼ごっこ交流大会」

4月9日(日)

長谷寺で座禅・野点で癒し  
「桜・ウォーキング・座禅」

※参加費や募集人数等、詳細は「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

（平日 14時～20時、土日 14時～18時、火・祝日休）

## 真田地域ふれあい農園利用者募集

令和5年度のふれあい農園空き区画の新規利用者を募集します。農園を借りて自家栽培で好きな野菜を育ててみませんか。

利用期間	令和5年4月1日（土）から令和6年3月31日（日）
場 所	① つくしふれあい農園 …… 2区画 ② 表 木ふれあい農園 …… 1区画
利 用 料	1区画あたり年間 4,000円（1区画約 85㎡）
申 込	令和5年3月31日（金）まで



問 真田産業観光課（農林振興担当） 有線 2024 ☎ 72-4330

## 『さなだ農業体験』参加者募集

令和5年度に開催するさなだ農業体験の参加者を募集します。無農薬で野菜作りを始めたい方向けの内容です。詳細は下記ホームページを参照いただき、ご応募ください。

**募集数** 先着7組（家族参加の場合も1組となります） **募集開始** 3月15日（水）から

活動期間	4月～11月（生育状況により多少前後あり）
活動日時	毎月第2、第4日曜日 午前9時から12時（作業状況により自由参加の日程もあります）
場 所	真田地域「ゆきむら夢工房」近くの畑
コース料金	15,000円/組（家族参加でも同額です）*継続の方は10,000円/組

●市ホームページ掲載場所  
トップページ>「産業・建設」>「農林業」>「農業振興・農村整備」>「さなだ農業体験農園」



問 真田産業観光課（農林振興担当） 有線 2024 ☎ 72-4330

市ホームページ

## 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。



## タグラグビーに挑戦！

2月11日(土)、さなだスポーツクラブが開催するタグラグビー体験

会が真田体育館で行われ、女子ラグビーワールドカップ元日本代表の藤本麻依子さんが講師を務めました。タグラグビーは、タックルの代わりに腰に付けた帯状の「タグ」を奪い合う競技。参加した35名のほとんどが初めての体験でしたが、藤本さんのわかりやすいアドバイスを受け、体育館には、タグを取った時の「タグ！」という大きな声やタグラグビーを楽しむにぎやかな声が響いていました。



## 子どもたち無病息災を願う

2月12日(日)の午前9時、集落の真ん中にある道祖神へ親子がわら馬を引いて集まり、到着順に「ねじ」を供えて子どもの無病息災を願いました。

米粉を使い野菜や果物、動物などを彩色して作る「ねじ」は全国的にも珍しく、民俗学的面でも評価され、「戸沢のねじ行事」として国の選択無形民俗文化財に指定されています。



## ふれあいさなだ館からのお知らせ

源泉引湯管の漏水復旧工事のため、下記の日程で臨時休館とさせていただきます。ご迷惑をおかけいたしますがご了承ください。

※会員券の期限延長は行いません。

全館休館:4月17日(月)から4月19日(水)

☎ 真田温泉ふれあいさなだ館  
有線 2230 ☎ 72-2500

## 農地を貸したい！ 借りたい！

＼そんなときはご相談ください！

産業観光課では、農地を貸したい方と借りたい方のマッチングをおこなっております。

貸し出し希望農地は、上田市ホームページにも掲載し、耕作者を広く探すことも可能ですのでご希望の方はご相談ください。

なお、必ずマッチングが成立する訳ではありませんので予めご了承ください。※ホームページの掲載には条件があります。詳細はお問い合わせください。

☎ 真田産業観光課 (農林振興担当)  
有線 2024 ☎ 72-4330



## 真田地域公共交通利用促進協議会だより

### 「回数券・定期券」特別販売のお知らせ

3月20日(月)～4月21日(金)

期間中、回数券・定期券をご購入された方にノベルティを差し上げます。

対象路線 菅平線・真田線(渋沢線)・傍陽線

販売場所 定期券 別所線上田駅・信州うえだ農協真田支所・菅平高原国際リゾートセンター

回数券 定期券販売場所に加え、ローソン上田真田町店・駅前食堂・ダック菅池・上田バス(株)上田営業所・バス車内

回数券の種類 2,000円セット(2,200円分) 3,000円セット(3,300円分) 5,000円セット(5,500円分)

※高校生の通学定期については、申請により通学費の補助をしています。詳細については、上田市教育委員会(☎23-5100)へお問い合わせください。

### パーク&ライド駐車場に車を停めてお出かけしませんか

お出かけの際は、ぜひ、ゆきむら夢工房前、国道を挟んで南側の山崎の森パーク&ライド駐車場に車を停めて、路線バスをご利用ください。

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





— 特集 —

# ありがとう真田有線放送

昭和37年に放送を開始してから61年。

地域の皆様に支えられ、愛された真田有線放送は、令和5年3月31日、その歴史に幕を下ろします。



真田地域一周駅伝大会は地域の一大イベント。有線放送が始まった昭和37年から、緊迫のレース展開を生放送でお届けしました。平成25年から27年には、児童数名が小学生スタッフとしてインタビューなどを担当。平成26年に当時小学5年生で実況中継を担当した宮島清河さん（左）は当時

## 「駅伝大会実況中継」

### ゆうほう番組

真田町では、放送と電話機能を備えた有線放送施設がかねてより求められていました。「〇番さん」という呼び出しから始まり、自動ダイヤル式、自動放送など時代と共に変化し、決まった時間に流れる毎日の放送は、いつしか「生活の一部」となっていました。

## 真田有線放送 年表

昭和37年5月

真田町農事放送農業協同組合による有線放送電話業務が開始

昭和37年11月

町内一周駅伝大会の実況放送を初めて行う

昭和43年4月

施設を真田町に移管

昭和45年3月

交換手による接続（「〇番さん」という呼び出し）から自動ダイヤル式に更新

昭和53年11月

約3日間留守でも放送可能になる自動放送のほかページング放送装置を設置

平成2年7月

有線放送電話設備更新

平成15年4月

有線放送管理装置及び自動放送装置の更新

平成18年3月

市町村合併。上田市真田地区有線放送電話として事業継続

平成21年12月

真田地区有線放送電話審議会（以下「審議会」という。）において今後のあり方について審議。答申「現行設備を維持し、存続されたい」

平成27年3月

審議会において今後のあり方について

を振り返り、「初めての実況中継で、現場の様子をイメージしてもらえよう、音声のみで伝えるのが難しかった」と話してくださいました。

### 「おおきくなったら」

「お医者さんになって人を助けてあげたい」「旅館の仕事をする人になって料理をつくりたい、お風呂へ案内をしたい」「白バイの運転手になって箱根駅伝で走りたい」。子ども達が元気づけたいの声を将来の夢を教えてくださいました。



### 「小学生放送コンクール」

「元気になるラジオはこゝろ」「いま大切にしていること」

と」など、毎年異なるお題で作文を書き、朗読する小学生放送コンクール。有線放送では、真田地域から参加した児童が、緊張しながらも丁寧に作文を読み上げの様子をお届けしました。



### 「お茶のひととき」

午後3時になると放送開始。各学校で行われる合唱コンクールなどの行事の様子や地域の話題、音楽など様々な番組を放送。「真田地域のみなさん！こんにちは！」という明るい挨拶が



ら始まる健康ワンポイントアドバイスでは自宅で行える体操を教えてくださいました。あの明るい声が印象に残っている方も多いのではないのでしょうか。



### 放送を支えたのは

取材、インタビュ、番組作りなどを通して幅広い情報を届けてくださったアナウンサーの皆さん。雨の日も雪の日も、修理や整備に奔走してくださった保守の皆さん。趣向を凝らし、楽しい放送を届けてくださった出演者の皆さん。突然のインタビューも快く引き受けてくださった地域の皆さん。そして、放送を聞いてくださったリスナーの皆さん。多くの人に支えられ、真田有線放送は61年もの長い道のりを歩んできました。



### ありがとう

放送をよく聞いていたという柳沢伸治さん(左)は、「誕生日の花の話が好きで聞き逃さないよう、意識して聞いていた。60年以上有線放送を続けてくださったのは本当にありがたい。最初は本部に泊まり込みで対応していたでしょう。感謝している」と有線放送への想いを笑顔で話してくださいました。



### 結びに

携わった人々の想いが詰まった真田有線放送。

家族への連絡、友人との世間話、生活に欠かせない情報、ほっと心温まるひととき。様々な場面で私たちに支えてくれて

「ありがとう真田有線放送」

審議。答申「引き続き現行設備を維持し、存続されたい」

平成28年3～5月

加入者アンケート実施「放送機能を更新して、放送機能は残す50・5%、現在の電話・放送機能を使えるまで使う48・7%」

平成30～31年

審議会において今後のあり方について

審議(6回開催)

令和2年3月

審議会答申「利用者への十分な周知を行い理解を得て、事業廃止すべきと判断される」

令和2年8月

真田地域全自治会を対象に事業廃止について意見聴取「賛成79%、反対21%」

「廃止の懸念事項…自治会内情報伝達手段喪失45%、防災・緊急情報周知41%」

令和2年10月

真田地域協議会から事業廃止について「概ね了承する」との意見書が提出される

令和3年1月

真田地域の地区別自治会連合会総会で事業廃止について説明。市政経営会議において、令和4年度末をもって廃止とする市の方針を決定

令和5年3月

上田市真田有線放送電話事業終了

幸村さまと  
十勇士たち

しゅんみん  
春眠



# 乳幼児期の むし歯予防



## ～家族みんなで健康な歯を守る！～

乳歯は永久歯に比べて表面の層が薄いのでむし歯になりやすく、むし歯の進行が早いです。また、乳歯のむし歯を放っておくと、永久歯もむし歯になりやすくなり、永久歯の歯並びや顎の発達にも悪影響が出ます。

乳幼児期の子どもは、まだ自分で歯磨きすることができないため、大人が毎日しっかり仕上げ磨きをしてあげましょう。

## むし歯予防のポイント



### 1 食べたら磨く習慣

食事やおやつは、できるだけ決めた時間にとり、食べたら歯磨きをする習慣を身に付けましょう。早寝早起きをする、3回の食事をするリズムが整います。規則正しい生活は、子どもの心身の発達に良いだけでなく、歯磨き習慣も身に付きます。

### 2 おやつは糖分の少ない物で、時間や回数を決める

おやつは糖分の少ない物を選びましょう。例えば、果物・野菜・乳製品・おにぎりなどの栄養がある物がおすすめです。また、食べる時間や回数を決めましょう。おやつ後もしっかり歯磨きをすることが大切です。

### 3 飲み物は水やお茶にする

ジュースやイオン飲料（スポーツドリンク）は糖分を多く含むので、むし歯の原因になります。子どもが発熱などで脱水症状を起こしている場合にイオン飲料を勧められることがありますが、体調が回復するまでの一時的な利用にして、習慣化しないようにしましょう。

### 4 子どもへの口移しはしない

食べ物の口移しは、子どもにむし歯菌がうつってしまいます。大人が使った箸やスプーンで食べさせることも止めましょう。

## 早期発見・ 治療が大切

上田市では、1歳6か月児健診・2歳児歯科健診・3歳児健診にて歯科健診を実施しています。また、保育園や幼稚園でも定期的に歯科健診があります。健診でむし歯が見つかったら、早めに歯科医院を受診して、家族みんなで子どもの健康な歯を守りましょう。



# 運行路線と運行時刻を改正します

「老人福祉センター」、「ふれあいさなだ館」への移動手段として、日頃から地域在住の60歳以上の皆様にご利用いただいている「ふれあいバス」は、令和5年4月1日付で運行路線と運行時刻を改正します。

前年度との大きな違いは、「長・本原方面」→「傍陽方面」の順（前年度と逆の順序）で、各停留場所を巡回する点です。

今回、全52ヶ所のうち主要な停留場所16ヶ所について、下記のとおり発着時刻を掲載します。

令和5年4月1日改正

長・本原方面			傍陽方面		
迎え		送り	迎え		送り
上大日向バス停	発9:20	《第1便》	入軽井沢唐沢橋	発10:35	《第1便》
長生涯学習館上	35	老人福祉センター発	畑中バス停	43	老人福祉センター発
竹室神社前	42	13:00	上洗馬神社前	53	14:00
本原小学校前	43	ふれあいさなだ館発	下横道公民館	57	ふれあいさなだ館発
上原公民館	44	13:02	田中バス停	58	14:02
大畑旧バス停	52	《第2便》	傍陽小学校入口バス停	59	《第2便》
荒井火の見前	56	老人福祉センター発	曲尾バス停	11:02	老人福祉センター発
ふれあいさなだ館	10:00	15:30	ふれあいさなだ館	13	15:30
老人福祉センター	着10:02	ふれあいさなだ館発	老人福祉センター	着11:15	ふれあいさなだ館発
		15:32			15:32

**運行日** 毎週月・水・木・金曜日  
(火・土・日曜日、祝日、ならびにお盆と年末年始の期間は運休します)

**運賃** 無料  
(60歳以上の皆様に、お近くの停留場所と「老人福祉センター」または「ふれあいさなだ館」の間を往来していただく目的で運行しています)

全52ヶ所の停留場所の発着時刻や関連情報を記載した、A3縦サイズの新年度版バス時刻表をお求めの方は、老人福祉センター窓口にご直接お申し出ください。

※A3サイズの時刻表は令和5年4月1日以降、市のホームページ内で閲覧または印刷ができます。

●市ホームページ掲載場所

トップページ > 「生活・防災」 > 「道路・河川・交通」 > 「コミュニティバス」 > 「ふれあいバス」

問 老人福祉センター 有線 2005 ☎ 72-3877

真田市民サービス課（高齢者支援担当） 有線 2112 ☎ 72-4700



# 真田図書館通信



## おすすめの新着本

### 一般書

0・1・2歳児 育児の気がかり相談室  
保育士が教える子どもの成長の手立て 中田 馨 / 著  
食文化からイギリスを知るための55章 石原 孝哉 / 著  
ジッパーつきポリ袋でつくる誰でもできる手前味噌 村島 直美 / 著  
電子レンジで簡単!犬の健康ごはん 一出汁を活用した、ワン  
コも飼い主も楽しい健康生活一 須崎 恭彦 / 著  
子どもといく東京ディズニーシーナビガイド 2023-2024 講談社  
田中陽希日記 一日本3百名山ひと筆書き一 田中 陽希 / 著  
図書館にまいこんだこどもの大質問  
一司書さんもビックリ!一 こどもの大質問編集部  
いちばんやさしい60代からのiPhone14/14 Plus/14Pro/  
14Pro Max 増田 由紀 / 著  
100年足腰 一死ぬまで歩けるからだの使い方一 巽 一郎 / 著  
るるぶ石垣 宮古 竹富島 西表島'24 JTBパブリッシング  
君のクイズ 小川 哲 / 著  
川のほとりに立つ者は 寺地 はるな / 著  
この世の喜びよ 井戸川 射子 / 著  
残照 田中 芳樹 / 著  
クラックアウト 長沢 樹 / 著  
月の立つ林で 青山 美智子 / 著  
祝祭のハングマン 中山 七里 / 著  
税金で買った本 5 系山 岡 / 著

パウル・ツェランと中国の天使 多和田 葉子 / 著  
人生の滋味 一池波正太郎かく語りき一 池波 正太郎 / 著

### 児童書

ヤングケアラー 一考えよう、だれも取りのこさない社会一 濱島 淑恵 / 著  
小学生のための「日本の名画」がわかる本  
「日本の名画がわかる本」編集室  
おぼえようラグビーのルール 原田 隆司 / 著  
和算の道をひらけ!  
一江戸の数学ブームをおこした吉田光由一 鳴海 風 / 著  
イチからつくるラーメン 奥村 彪生 / 著  
3分間サバイバル  
一チャンスを生かせ!大富豪の一手一 粟生 こずえ / 著  
全仮面ライダーパーフェクト大図鑑 増補改訂 講談社  
ごぶじろう 稲田 和子 / 再話  
てじなのやかた 土屋 富士夫 / 作  
バスはっしゅしまあす 三宮 麻由子 / ぶん  
一生ぶんのだっこ 南 果歩 / 文  
ぱんだちゃん MAYA MAXX / えとぶん  
ぞうさんのおふる 内田 麟太郎 / さく  
私立探検家学園2 あなたが魔女になるまえに 斉藤 倫 / 著  
鈴の音が聞こえる 辻 みゆき / 著

### 郷土資料

栄村に栄えあれ 2 山口 真一 / 著

## ボランティア講座を開催しました

2月4日(土)に大道芸人オマールえび(鈴村仁志)さんを講師に迎え、ボランティア講座「絵本×大道芸ミニライブ&読み聞かせ講演会」を開催しました。ボランティア講座はコロナ禍の影響により過去2年間中止を余儀なくされていましたが、3年ぶりに開催することができました。

「絵本×大道芸ミニライブ」では、絵本の読み聞かせに組み合わせた大道芸パフォーマンスとマジックショー、「読み聞かせ講演会」では、オマールえびさんの読み聞かせに対する熱い想いや手法などについて講演をいただき、あっという間の2時間でした。

参加した皆さんからは、「朗読の魅力を再確認しました」「パフォーマンスとBGMのタイミングが素晴らしかった」「また来年も来て欲しい」などの感想が寄せられました。



真田図書館は、真田図書館サポーターの会との協働により各種講座、コンサート、おはなし会の開催、図書館周辺の草取り等々、地域に根ざした図書館を運営しています。随時、会員募集をしておりますので、ご興味のある方は真田図書館までお問い合わせください。

## 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

4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 30	⑳	25	26	27	㉘	29

5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	⑳	23	24	25	26	27
28	㉑	30	⑳			

6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	⑰	20	21	22	23	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