

地域自治センターだより

# さなだ

2023

1  
月号

No.90



## 「世界に一つの上り縄」

12月23日（金）、本原小学校の5年生が授業で上り縄づくりに挑戦しました。講師となった学校支援ボランティアの方に飾りの持つ意味や作り方を教わり、丁寧にわらをあんだ後、みかんなどを紐でつけて一人ひとり自分の上り縄を完成させました。初めて作ったという児童は、「上手にできてよかった」と完成した上り縄を嬉しそうに持ち帰っていました。



# 真田地域協議会だより

問 真田地域振興課

有線2015

☎ 72-22202

◆第8回真田地域協議会（令和4年11月22日開催）

◆第9回真田地域協議会（令和4年12月20日開催）

11月の地域協議会では、前回協議会で意見内容として多く出された自治会役員のなり手不足について、市と「上田市自治会連合会」との協議の結果、市から自治会へ依頼する委員等の削減に関する方向が示されたことについて報告があり、自治会連合会選出委員の意見も交えて意見交換がされました。

12月の地域協議会では、これまでの様々な意見交換をもとに、継続的な地域づくりに向けた「10年先20年先の真田地域の姿」に関する自由な意見討論がされました。今後の地域協議会の考える方向性は、長期的な真田地域のまちづくりにつなげていきたいと考えています。

## 古着回収にご協力いただきありがとうございました

昨年11月12日（土）に行いました真田地域の古着回収については、お寒いなか大勢の皆様にご協力いただき、大変ありがとうございました。おかげさまで回収量は1,060kgとなりました。これらは海外で古着として再利用したり、ウエス（汚れ・油などのふき取り用の布）として生まれ変わります。

今後ともごみの減量化・リユースの推進に、皆様の更なるご協力をお願いいたします。



問 真田市民サービス課（生活環境担当）  
有線 2046 ☎ 72-0154

## 有線放送が終了します

真田有線放送電話は今年の3月31日で終了となります。今までご利用いただき、誠にありがとうございました。

昭和37年の業務開始から60年以上に渡り事業を行ってまいりましたが、現在の設備は老朽化による障害や不具合が生じ、また、加入者の減少に伴い、事業の継続が困難となりました。

今後は、広報や自治センターだより、市ホームページ、メール配信サービス、LINE等により、情報を発信してまいりますのでご理解をお願いします。

各ご家庭の有線機器は、令和5年度に撤去を予定しており、加入者の皆様には改めて通知します。

### 特別番組 「有線のあゆみ」を 放送します

今まで真田有線放送に関わっていただいた方々にインタビューをさせていただき、特別番組として放送を予定しています。最後の思い出としてお聞きいただければ幸いです。

#### 放送予定

毎週日曜 午後8時から  
(令和5年1月放送開始 全12回)  
※再放送は翌水曜 午後6時30分から



#### 内容

- ・大きくなったら、小学生放送コンクール参加者の感想と現況
- ・おとぎの会の朗読に携わって
- ・真田地域一周駅伝大会の実況中継をとおして
- ・有線放送の思い出 など

問 真田地域振興課（有線放送担当） 有線 2121 ☎ 72-2202

# 上田市長財産区議会議員一般選挙

任期満了に伴う上田市長財産区議会議員一般選挙を執行します。

**告示日 令和5年2月22日(水)**

**投票日 令和5年2月27日(月)**

## 立候補届出手続説明会

日時 令和5年2月3日(金) 午前10時  
場所 真田地域自治センター 3階 301会議室

## 立候補届出の受付

日時 令和5年2月22日(水) 午前8時30分から午後5時  
場所 真田地域自治センター 3階 301会議室

## 立候補できる方

長財産区の区域内に住所を有し、上田市議会議員の選挙権を有する、年齢満25歳以上の方  
(立候補届出書類は、選挙管理委員会事務局にあります)

## 投票できる方

長財産区の区域内に住所を有し、上田市議会議員の選挙権を有する方

☎ 選挙管理委員会事務局 ☎ 23-5438

農地のことでお困りのことはありませんか

## 農地なんでも相談会

「農地を売買する方法は？」 「農地に住宅を建てる方法は？」  
「山林化している畑を地目変更する方法は？」  
「宅地化した土地の地目が農地のままになっていることがわかったが、対処方法は？」

などの農地問題や相続について、地元農業委員、農地利用最適化推進委員、事務局職員が相談に応じます。  
お気軽にお出かけください。

**日時** 1月28日(土) 午前9時30分から11時30分  
2月19日(日) 午前9時30分から11時30分

**場所** 真田地域自治センター 3階 301会議室

☎ 上田市農業委員会 真田地域事務所 有線 2024 ☎ 72-4330

## 第64回菅平シュナイダー記念スキー大会

「スキーの父」と呼ばれたハネス・シュナイダー氏の菅平来訪を記念して始まった大会です。  
アルペン一般大回転競技の参加者を募集しますので、奮ってご応募ください。

参加者  
募集

**期日** 3月12日(日)  
**会場** 菅平高原パインビークオオマツスキー場  
**内容** 年齢、男女に分け、部別に競技します。  
3位までの入賞者には賞品を贈呈！  
**対象** 小学生以上  
**参加料金** 小中学生 2,000円・高校生以上 3,000円  
**申込み** 2月3日(金) 正午 必着

申込用紙に必要事項を記入の上、郵送(〒386-2201 真田町長 7199-1)  
または直接窓口へ  
※申込用紙は、市ホームページと真田地域教育事務所窓口にあります



☎ 菅平シュナイダー記念スキー大会事務局(真田地域教育事務所内) 有線 2097 ☎ 72-2655

幸村さまと  
十勇士たち

雪の日



すてきなプレゼントを  
ありがとう

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。



勤労感謝の日になみ、11月16日(水)にさなだ保育園のみなさんから、11月29日(火)にそえひ保育園のみなさんから、感謝の気持ちが込められた手作りカレンダーをいただきました。

すてきなプレゼントをありがとうございます。大切にさせていただきます。



さなだ保育園



そえひ幼稚園



第23回さなだの郷野沢菜まつり

下郷沢地区、竹室地区では、11月25日(金)から27日(日)までの間、各活性化組合による野沢菜まつりが開催されました。

標高が高い場所で育った、やわらかくて甘い野沢菜は毎年大好評。青々とした野沢菜が広がる各収穫会場では、来場者が慣れた様子で野沢菜の収穫を楽しんでいました。



第16回大日向新そばまつり



12月4日(日)、大日向地区で新そばまつりが開催され、500食の新そばが用意されました。提供された新そばは、大日向そば活性化組合が伝統の食文化を継承しようと、耕作から種まき、収穫、そしてそば打ちまでを行ったもので、愛情がたっぷり込められています。

会場を見渡すと、一口食べた瞬間に思わず美味しいとつぶやいてしまう人や、やっぱりこの味だとうなずく人など、大日向産の新そばを満喫する来場者の姿が見られました。初めて来場したという方は、「確かに美味しい。これほど人気な理由が良くわかった」と笑顔で話してくださいました。

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/>

ふれあいさなだ館からのお知らせ

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：1月16日(月)から1月20日(金)

プール休業：1月16日(月)から2月5日(日)

☎ 真田温泉ふれあいさなだ館 有線 2230 ☎ 72-2500



おおむね  
60歳以上の方対象

## 真田地域の

# 「介護予防体操」「健康相談」

## へ出かけませんか

住み慣れたはずの自宅にもかかわらず、いつもの動作でつまずいたり、転んだりした経験はありませんか。こういった経験を繰り返すようになってくると、知らず知らずのうちに筋肉が衰え、体の機能が低下していることが考えられます。

介護予防体操は、高齢期の体の機能低下を予防するために、家庭でもできる運動や自分のペースで楽しくできる運動を実践します。

### 介護予防体操

【内 容】健康運動指導士等と一緒に、転倒予防の体操や筋力アップの運動などを楽しく実践

【実施日】1月23日(月)  
2月8日(水)  
2月27日(月)  
3月8日(水)  
3月20日(月)

【時 間】午前10時30分から11時30分  
(午前10時から受付開始)

【場 所】真田中央公民館 大ホール

【持ち物・服装】・水分  
・タオル  
・動きやすい服装  
・土足会場のため、運動可能な靴

### 健康相談

【内 容】看護師、保健師による健康や介護に関する個別相談

【実施日】2月6日(月)  
3月6日(月)

【時 間】午前10時30分から11時30分

【場 所】真田老人福祉センター

※マスクを着用し、自宅で体温を測ってからお越しください

※換気をしますので、暖かい服装でお越しください

※体調不良、発熱等がある場合には利用をご遠慮ください

※新型コロナ感染症の状況により、変更、中止になる場合があります

☎ 真田市民サービス課 (高齢者支援担当) 有線 2112 ☎ 72-4700

## 国道144号湯ノ平橋工区が開通しました

真田町長地域で県により平成29年から進められていた、国道144号湯ノ平橋の整備を含む約430mのバイパス区間が12月16日に開通しました。

地権者をはじめ、多くの関係者の皆様のご協力に心から感謝します。

この区間の開通によって、地域の安全・安心と、観光や地域間交流の活性化につながることを期待されています。



☎ 真田建設課 有線 2089 ☎ 72-4331



# 真田図書館通信



## おすすめの新着本

### 一般書

- 改訂版 面接官に好印象を与える  
 高校入試面接のオキテ 55 常本 浩幸 / 著  
 ヒットに魅せられてー考古学者に漫画家が質問!!ー 大村 幸弘 / 著  
 70歳からの価値ある人生の楽しみ方 ポナ植木 / 著  
 ノーベル化学賞に輝いた研究のすごいところを  
 わかりやすく説明してみた 山口 悟 / 著  
 図書館司書 32人が選んだ犬の本棚 高野 一枝 / 著  
 ポワロと私ーデビッド・スーシェ自伝ー デビッド・スーシェ / 著  
 家康はなぜ乱世の覇者となれたのか 安部 龍太郎 / 著  
 一冊に名著ー〇〇冊がギュッと詰まった凄い本 大岡 玲 / 著  
 ひどい民話を語る会 京極 夏彦 / 著  
 ええかげん論 土井 善晴 / 著  
 小説家の一曰 井上 荒野 / 著  
 老害の人 内館 牧子 / 著  
 鬼人幻燈抄 11 昭和編 花街夢灯籠 中西 モトオ / 著  
 葉と嘘の季節 米澤 穂信 / 著  
 尚、赫々たれー一立花宗茂残照ー 羽鳥 好之 / 著  
 今夜、ぬか漬けスナックで 古矢永 塔子 / 著  
 十三夜の焰 月村 了衛 / 著  
 サー・ガウェインと緑の騎士 普及版 J.R.R. トールキン / 著  
 詩 303P 内田 麟太郎 / 著  
 ペガサスの記憶 桐島 洋子 / 著

### 児童書

- 旅するタネの図鑑 多田 多恵子 / 著  
 ビジュアル 日本の服装の歴史 1~2 増田 美子 / 著  
 ミラクルハピネス♡心理テスト 1412 ミラクル心理研究会  
 かんたん! こどもの折り紙あそび 新装版 いしばし なおこ / 著  
 はじめての動物地理学ーなぜ北海道に  
 ヒグマで、本州はツキノワグマなの?ー 増田 隆一 / 著  
 きょうりゅうなぞのはかば 高橋 幸司 / 著  
 心をそだてるはじめての伝記 101人 講談社  
 みち 三浦 太郎 / 著  
 せかいでいちばんおおきなネコ ひろかわ さえこ / 著  
 はやくおきちゃった サワイ ワタル / 著  
 ふんがふんが 丸山 誠司 / 著  
 チキカンゲー 樋勝 朋巳 / 著  
 ぶるばびぶーん ささき しゅん / 著  
 探偵 VS 怪盗 謎解き推理バトル 2  
 十二の鍵と赤の秘宝 桐谷 直 / 著  
 ひみつの地下図書館 4 あたらしい船出  
 アビー・ロングスタッフ / 著

### 紙芝居

- どんと来い! 三途の川 折原 由美子 / 著



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

## 魅せる読み聞かせを体験しよう!

お子さん連れの方、  
 第1部のみ、もしくは  
 第2部のみ参加も  
 大歓迎です!

日時: 2月4日(土)  
 【第1部】 絵本×大道芸ミニライブ  
 午後1時30分~2時20分  
 【第2部】 読み聞かせ講演会  
 午後2時30分~3時30分

場所: 真田地域自治センター3階講堂  
 ※真田図書館からお入りください  
 講師: 大道芸人オマールえび(鈴村仁志)さん  
 (大道芸人・NPO法人理事長・  
 JPIC 読書アドバイザー・元公務員(図書館職員))

定員: 60名程 参加費: 無料  
 申込み: 1月31日(火)までに真田図書館にお申込み  
 ください(月曜、祝日は休館)

「コミカル、パワフル、グッとくる」を合言葉に、  
 軽妙なトークとダイナミックな技を生かした熱い  
 パフォーマンスが持ち味の肉体派大道芸人です。



## 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: 9時~17時

2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	25
26	27	28				

3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	25
26	27	28	29	30	31	

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	24	25	26	27	28	29
30						

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