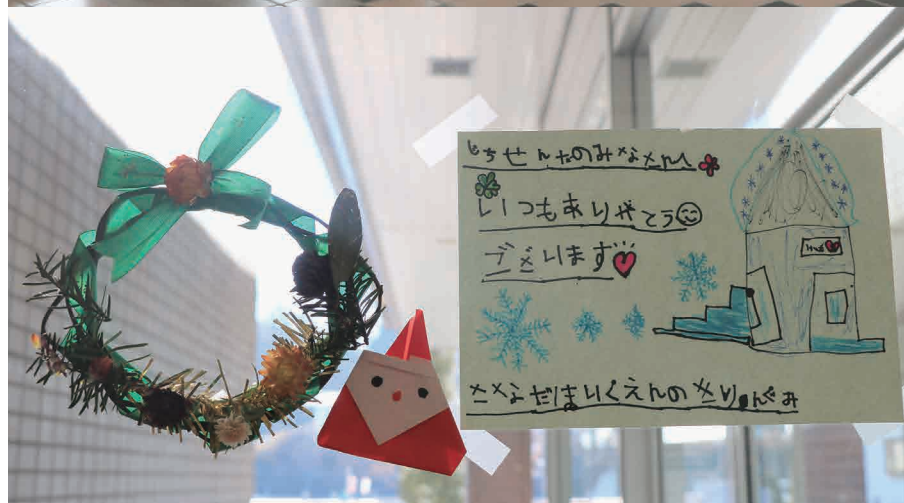


さなだ

2025

1
月号

No.102



「いつもありがとうございます！」

12月19日（木）、真田地域自治センターに冬の寒さにも負けない元気な声が響いてきました。声の主は、さなだ保育園年長組のみなさん。「いつもおしごとありがとうございます！」と元気いっぱいのおいさつの後、きれいなお花やリボンなどが飾られたリースをいただきました。添えられていたメッセージカードには、一文字一文字丁寧に書かれたメッセージと色とりどりのイラストが描かれています。さなだ保育園のみなさん、素敵なプレゼントをありがとうございます。大切に飾らせていただきます。

信州上田学
真田地域文化講演会

入場無料
申込不要

「真田信繁父子と
大坂の陣」

日時 1月25日(土)
13:30～15:00 (開場 12:30)
(オープニングアクト 13:00～
信州真田六文銭太鼓保存会による太鼓演奏)
場所 真田中央公民館 大ホール
講師 平山 優 氏 (歴史学者)



NHK 大河ドラマ『真田丸』、『どうする家康』の時代考証担当の平山優氏が上田で講演。

問 真田地域教育事務所
☎ 72-2655

農地なんでも相談会

農地問題や農地を貸したいなど、お困りのことを地元農業委員、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。

期日 2月2日(日)
2月8日(土)
時間 9:30～11:30
場所 真田地域自治センター 2階 多目的ルーム

問 上田市農業委員会 真田地域事務所
☎ 72-4330

さなだスポーツクラブからのお知らせ

◇大会情報◇



1月26日(日)
第11回さなだスポーツクラブ杯「わっとテニス交流大会」
3月1日(土)
第4回さなだスポーツクラブ杯「小学生バレーボール大会」
3月9日(日)
第10回ダンロップ・さなだスポーツクラブ杯「ジュニアオープン硬式テニス大会」

問 さなだスポーツクラブ ☎ 72-2657
✉ sanadasc@ueda.ne.jp
(平日14:00～20:00、土日14:00～18:00、火・祝日休)

◆第8回真田地域協議会 (令和6年11月26日開催)
◆第9回真田地域協議会 (令和6年12月24日開催)
第8回・第9回の真田地域協議会においては、それぞれ「上田市水道事業の今後のあり方について」に関する意見聴取と、「第3次上田市総合計画『地域まちづくり方針』について」の諮問の答申案の審議がありました。
水道事業の広域化に関する審議では、生活に最も重要なインフラの一つである水をどのように守っていくのか、施設や管理組織の考え方について、これまで検討した内容の説明がありました。また、総合計画についても今後10年の地域のあり方を見据える重要な内容であり、遠い未来の話ではなく、今を生きる若手の世代や子どもたちの生活に大きくかわる内容として、一人でも多くの住民の方に議論に関わっていただければと思います。



真田地域協議会だより

問 真田地域振興課(地域政策担当) ☎ 72-2202

懐かしの

レコード☺カフェ開催



真田有線で利用していたレコードを活用し、昔懐かしいレコードを鑑賞しませんか？

今回は、「昭和40年代」にスポットを当てて選曲します。お楽しみに♪

日時 1月20日(月) 13:30～15:00
場所 真田老人福祉センター 大広間
対象 おおむね60歳以上の方
参加費 無料
持ち物



- ・飲み物(茶葉など各自飲みたいものをご持参ください。お湯のご用意あります)
- ・マイボトル、マグカップ
- ・レコード(お持ちの方)

その他 ・お申し込み不要です。駐車場は、真田地域自治センター駐車場をご利用ください。

問 真田市民サービス課(高齢者支援担当) ☎ 72-4700

幸村街道会30周年記念事業



日時 2月2日(日) 13:00～
場所 真田中央公民館 大ホール
内容 信州真田六文銭太鼓、フルート・ピアノコンサート、じゃんけん大会、六文戦士ウェイダーショー、豆まき

問 幸村街道会 ☎ 090-4935-6602

油漏れにご注意ください！

- ・油を使用することが増える季節です。ホームタンクから携行缶に灯油を給油している際には、その場を離れないようお願いします。
- ・灯油等が用水路や河川に流れ出ると上水道、農業、漁業に大きな影響があります。被害が生じた場合の補償は原因者の負担となり、場合によっては多額になることがあります。
- ・油漏れを起こさないようご注意くださいとともに、油漏れがあった場合はすぐに市役所または消防署に連絡をお願いします。

問 真田市民サービス課（生活環境担当） ☎ 72-0154
真田消防署 ☎ 72-0119

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 10 月 5 日（土）に行いました真田地域の古着回収については、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、770kg 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） ☎ 72-0154

市民税・県民税の申告について

今年度も、待ち時間短縮のため、地区割表に沿ってご来場いただきますようご協力をお願いします。
申告会場は昨年同様、真田中央公民館です。
詳しくは 1 月 16 日付で自治会を経由して配布される「令和 7 年度分 市民税・県民税の手引」をご確認ください。

会場

真田中央公民館 1 階 第 2 会議室 A

期間

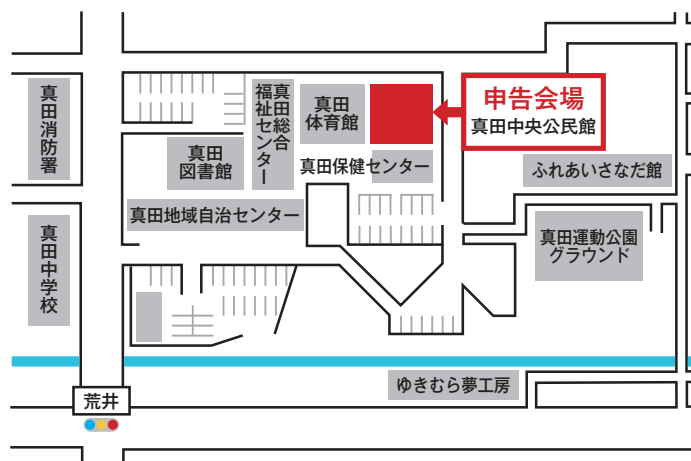
2 月 21 日（金）～ 2 月 28 日（金）

※土日・祝日を除く

時間

開 場 **9 : 00**

申告受付 **9 : 00 ～ 15 : 00**



申告日	自治会	地区
2 月 21 日（金）	菅平、大日向、角間、横沢、十林寺、石舟、つくし	長
2 月 25 日（火）	真田、戸沢、横尾、四日市 / 入軽井沢、岡保	長／傍陽
2 月 26 日（水）	傍陽中組、大庭、曲尾、萩、田中、下横道、中横道	傍陽
2 月 27 日（木）	上横道、穴沢、三島平 / 下郷沢、小玉上郷沢、赤井、下塚、竹室、荒井、中原	傍陽／本原
2 月 28 日（金）	上原、表木、大畑、下原、町原、出早	本原

問 税務課（市民税係） ☎ 23-5115



公募展「真田の郷を描く」が2度目の開催

(活力あるまちづくり支援金事業)

アートを通して真田の魅力を発信しようと地域の有志で結成された実行委員会により企画された公募展「真田の郷を描く」が真田中央公民館で開催されました。11月9日(土)から9日間に渡り行われた作品展では、「真田の郷を題材にした風景」をテーマに市内外から寄せられた一般応募作品のほか、菅平中学校2年生と真田中学校3年生が描いた絵画などが展示され、最終日に行われた表彰式では、この絵を描くために何度も現地へ足を運んだという作品「唐沢の滝」を描いた青木敦子さんが「真田の郷大賞」を受賞されました。

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。



河川への不法投棄ごみの

撤去をしました

令和6年11月13日に国道144号線(真田町長)沿い神川河川敷へ不法に投棄されたごみの撤去を行いました。総勢30人程で半日かけ、土手下に投棄された家庭ごみや粗大ごみなど総量約2tトラック3台分のごみを撤去しました。今回、長野県資源循環保全協会(※)東信支部が主体となり県や自治体と協力し行っている「環境美化活動」箇所を選定していただき、一般の方々では撤去が難しい不法投棄ごみの拾い上げから行っていただきました。

(※産業廃棄物運搬や処理の業者で構成する社団法人)



撤去したごみの一部



撤去の様子(河川敷)

不法投棄は地域の景観を損なうばかりではなく、河川へ流れれば重大な環境汚染へと繋がります。また、最高で5年以下の懲役若しくは1000万円以下

の罰金(法人にあっては3億円以下)または、その両方に課せられる犯罪行為ですので絶対にしないでください。なお、不法投棄した者が特定できない場合は、その土地の所有者・管理者が自らの責任で撤去処分を行わなければならなりませんので、日頃から土地を清潔に管理し不法投棄のされにくい状況を作りましょう。今後も環境美化に努めてまいりますので、皆様のご理解とご協力をお願いします。

問 真田市民サービス課(生活環境担当) ☎ 72-0154

真田地域公共交通利用促進協議会だより

「乗車回数券」斡旋価格販売企画

バスの利用促進を目的に、路線バス乗車回数券を斡旋価格にて販売します。

期間限定の斡旋価格での販売です。販売数に限りがありますので、この機会に購入していただき、地域のバス利用促進に協力をお願いします。

期間 1月20日(月)～2月21日(金)

※平日 9:00～12:00、13:00～17:00

場所 真田地域自治センター1階 真田地域建設課

価格 通常価格:2,000円(2,200円分)

斡旋価格:1,800円(2,200円分)



ギャラリーバスが 運行されます

真田地域で活動されている文化団体のみなさんの写真、書画、押し花、切り絵などが車内に展示されたバスが運行されます。真田の美しい写真や、心あたたまる書画など力作をご覧ください。

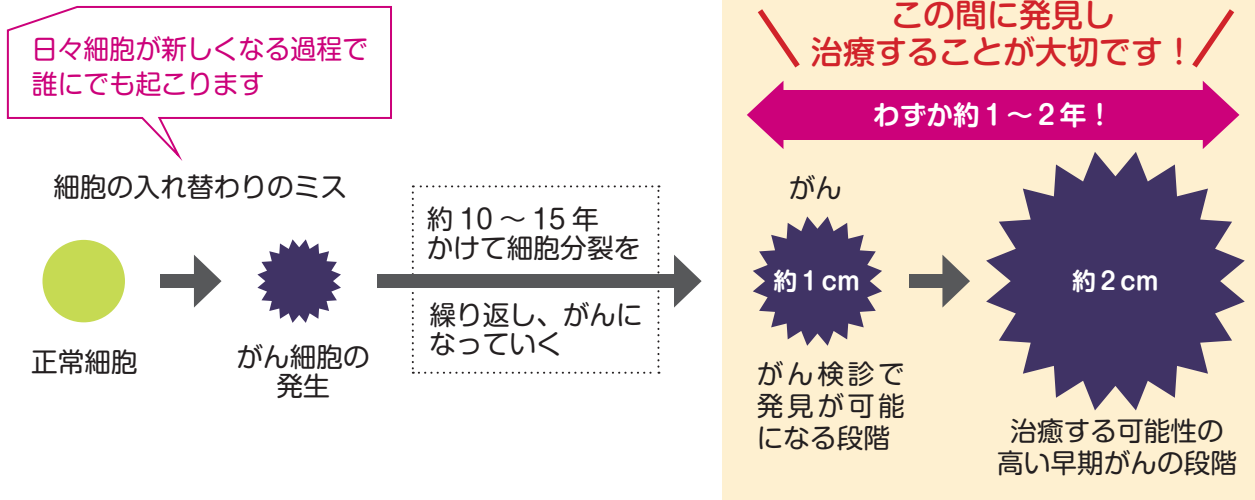
期間 2月1日(土)～2月28日(金)

路線 菅平線、真田線(沢沢線)、傍陽線

問 真田地域公共交通利用促進協議会(真田地域建設課内) ☎ 72-4331

がん検診申込の受付が始まります

がんを治せる段階で発見できるよう、定期的な検診を！



上田市では、がん検診を受けなかった理由としておよそ 4 人に 1 人の方が「必要性を感じない」と回答していますが（令和 4 年度健康づくり計画策定のためのアンケート調査）、**日本人の 2 人に 1 人が生涯でがんになる時代**です。私たちの身体では毎日細胞が入れ替わっています。その過程において、健康な人でも 1 日に数千ものがん細胞ができてしまいます。身体の免疫機能によって多くは排除されますが、加齢や生活習慣の乱れ等により排除されなかったがん細胞は、長い年月をかけてやがてがんになることがあります。一方、医療技術の進歩により、がんは“治る病気”になってきました。ただし、**がんを治すためには、検診で発見できる大きさになってから治療可能な段階までに見つけ、適切な治療につながる必要があります。その間はおおよそ 1～2 年**です。がん検診を定期的に受け、治せる段階でがんを発見し、治療しましょう。

〈上田市で実施しているがん検診〉

種類	検査項目	対象者 (年度の 4～3 月に該当年齢になる方)	受診間隔
胃がん検診	エックス線検査	40 歳以上	1 年に 1 回
肺がん検診	エックス線検査	40 歳以上	1 年に 1 回
	らせん CT 検査※	50 歳、55 歳、60 歳、 65 歳、70 歳、75 歳	5 年に 1 回
大腸がん検診	便潜血検査	40 歳以上	1 年に 1 回
乳がん検診	超音波検査※	30 歳～39 歳の女性	1 年に 1 回
	マンモグラフィ検査※	40 歳以上で偶数年齢の女性	2 年に 1 回
子宮がん検診	細胞診検査	20 歳以上で偶数年齢の女性	2 年に 1 回

※らせん CT 検査による肺がん検診、および乳がん検診は予約制となっております。

1 月末頃に、令和 7 年度の健康診査・がん検診等申込書を各世帯へ配布いたします。ご家族皆様でご覧いただき、2 月末までに、同封の返信用封筒にてお申込みください。健康診査・がん検診に関する相談等は、随時受け付けております。真田保健センターへご連絡ください。

真田図書館通信

おすすめの新着本

一般書

70歳からのスマホ・LINE 世界一わかりやすい安心安全
 便利な使い方 Q&A 大全 岡嶋 裕史／監修
 おとなの大ピンチ図鑑 おしごと編 おとなの大ピンチ研究会／編
 愛のモヤモヤ相談室 美輪 明宏／著
 一冊でつかむ江戸の町と暮らし 安藤 優一郎／監修
 あの世界でも仲良う暮らそうや 信友 直子／著
 ガザ虐殺を考える 森 達也／編著
 山の道 宮本 常一／編著
 すごいコアラ！ 平川動物公園／著
 思春期の子の「うつ」がよくわかる本 船渡川 智之／監修
 手間なしひとり鍋 小林 まさみ／著
 冬芽ファイル帳 鈴木 純／著・写真・イラスト
 柚木麻子のドラマななめ読み！ 柚木 麻子／著
 山岳セルフレスキュー教本 笹倉 孝昭／著
 佐藤愛子の孫は今日も振り回される 杉山 桃子／著
 オレがマリオ 俵 万智／著
 養老先生、がんになる 養老 孟司／著
 菜食主義者 ハン ガン／著
 鳶屋 谷津 矢車／著
 誘拐ジャパン 横関 大／著

児童書

AIにはない「思考力」の身につけ方 今井 むつみ／著
 キャラ絵で学ぶ！江戸の暮らしと文化図鑑 千羽 ひとみ／文
 小学生になったら図鑑 長谷川 康男／監修
 月探査の大研究 佐伯 和人／監修
 針も糸もつかわない超かんたん推しぬい 寺西 恵里子／作
 新幹線変形ロボ シンカリオン チェンジザワールドずかん
 ディズニープリンセスなんでも読みたい13人のおはなし 講談社／編
 いっしょにしーつ 講談社／編集
 おめんです 4 いしかわ こうじ／作・絵
 きょうりゅうたんけんたい アレックス・ラティマー／絵
 ふしぎなはこ イザベッラ・パリア／ぶん
 嘘泣き女王のクランクアップ 神戸 遥真／著
 こそあどの森のひみつの場所 岡田 淳／作
 虹いろ図書館司書のぼくと運命の一年 櫻井 とりお／著
 へんてこもりのころがりざか たかどの ほうこ／作・絵
 歴史ゴーストバスターズ 9 あさば みゆき／作

郷土資料

地図から信州が見えてくる 続 今尾 恵介／著

真田図書館 サポーターの会です

わたしたちは地域の図書館を自分たちの手で支え盛り上げていこうという趣旨のもと、平成22年4月から活動しております。このたび旧年中の11月23日に上田市功労者表彰において「まちづくり表彰」をいただきました。これもひとえに地域の皆様のご理解ご支援の賜物と存じております。今後ともよろしくおねがいします。

現在、真田図書館サポーターの会では新規会員を募集中です。

- 1 本を整理する、本棚に返す。
- 2 破れたり、ページのとれた本の修理。
- 3 おはなし会でのよみきかせなど。
- 4 図書館の中やまわりの美化。
- 5 図書館のイベントの企画、運営、参加。



ご都合のつく時、短時間からの活動をしてみませんか。ひとつでも関心をお持ちになった方は真田図書館(☎ 72-8080)までお問い合わせください。



蔵書点検



演奏家を招いての図書館コンサート



盛り上がった図書館まつり

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：9：00～18：30 土日：9：00～17：00

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	⑲	21	22
23	30	⑲	25	26	27	28
						29

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	⑳	22	23	24	25	26
27	⑳	㉑	㉒	㉓		