



丸子地域行事イベント予定（11月～令和7年1月）

- 1……… 行事イベント予定
- 2～3… 地域の話題
- 4……… 丸子を駆ける丸修りポート
- 5……… 地域協議会だより・図書館だより
- 6……… 公民館だより
- 7～8… 地域の話題・お知らせ

地域自治センターだより

- 11月16日 第38回丸子地域消費生活展
- 12月7日 荻窪・平井バイパス開通式
第52回ふれあい・人権の集い2024
- 27日 鹿教湯温泉「氷灯ろう夢祈願」(~1/31)
- 令和7年
1月1日 第51回元旦マラソン
- 12日 令和7年二十歳を祝う式



丸子地域の情報を市ホームページに掲載しています。(毎週木曜日更新)
メール・LINE配信もご登録ください。



和菓子職人から教わる 親子で季節の和菓子手作り体験教室

「すすき野」(千野さん作)



10月5日(土)、旧西内小学校の食堂で「和菓子職人から教わる親子で季節の和菓子手作り体験教室」が開催されました。千野 雅芳さん(上田市中央・千野菓子店)を講師に、親子12組27名が参加しました。色や見た目で季節を感じられる和菓子の魅力やお菓子に名前を付ける「菓銘」などについて説明した後、千野さんが仕上げた練り切り餡を包んで成型する工程を体験しました。今回作ったのは月とすすきをあらわした「すすき野」、柿をあらわした「初ちぎり」の2種類で店頭でも販売しています。作った和菓子はお茶と一緒にいただきました。

令和7年2月にこどものための和菓子講座を開講します。詳細は6ページをご覧ください。

※西内小学校は令和5年度をもって閉校しました。

「初ちぎり」(参加者作)



令和6年/2024年11月発行

第96号

鹿教湯温泉 食・浴の秋祭りウィーク2024



◀上田地域の伝統的工芸品の製作体験コーナー(蘭友)

プチマルシェ▶



10月12日(土)から10月14日(月・祝)まで、鹿教湯温泉食・浴の秋祭りウィーク2024が湯端通り沿いにて開催されました。

プチマルシェでは、様々な店の他に上田地域の伝統的工芸品製作体験コーナーが設けられました。信州上田蘭友クラブ「蘭友」のブースでは、繭から糸を繰り出して糸枠に巻き取る体験などができました。その他にも信州紬(上田紬)のコースター作りや花火玉のレプリカ作りを体験することができました。



左から 柴田 昌幸さんと 齋藤 将さん

第24回 障がい者スポーツ大会 開催!



9月7日(土)から9月29日(日)まで、第24回長野県障がい者スポーツ大会が開催されました。

9月15日(日)、柴田昌幸さんと齋藤将さんは長野運動公園で行われた陸上競技種目に出場しました。久々の出場となった齋藤さんは、ブランクを感じさせない走り、銀メダルを獲得しました。「走ることが好きで、再び大会に参加できてよかった。初めて銀メダルを獲得できた」と喜びを噛みしめていました。

昨年に引き続き出場した柴田さんも、見事な走りで金メダルを獲得しました。競技後、「自己ベストを更新したい」と、向上心を掻き立てていました。

地域で活躍されている方を紹介 Vol.2

9月14日(土)、今年度100歳を迎える南治志げ子さんにお祝い状やお祝い品などが市長から贈られました。

南治さんは大正14年1月に上田市で和田家の8人兄弟の4番目に生まれ、3歳のときに南治家の養女として迎えられて育ちました。旧丸子町役場では配給係として数年勤務されていたこともありです。

自宅の掃き掃除など日常生活は自立しており、食事は娘の利江さんに届けてもらっています。食べ物なんでも食べるという南治さんの元気の秘訣は色々考えずのんびり過ごすことだそうです。趣味は編み物で、主にアクリルたわしを作っています。南治さんは「お祝いをしてもらえて嬉しい。幸せです。ありがとう」と感謝の気持ちを述べていました。



アクリルたわしを編んでくれました

南治 志げ子さん
(上丸子)

左から 市長と
南治 志げ子さん▶



箱置池 (藤原田・中丸子)

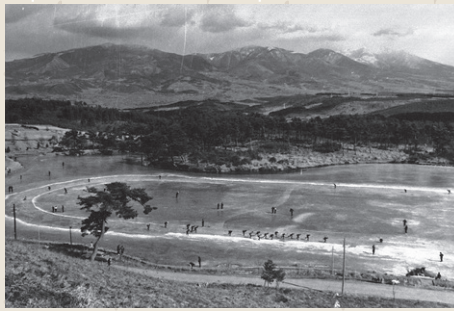
みなさんは「丸子八景」を知っていますか？

昭和40年に選定された丸子地域を代表する景勝地「丸子八景」は「文殊堂五台橋」「霊泉禅寺」「延命地藏堂」「丸子公園」「箱置池」「大淵・中淵」「愛宕山」「岩谷堂」をいいます。初回は「箱置池」の紹介をします。



箱置池の石碑

スケート場として利用された箱置池



現在の箱置池

箱置池は上田市と立科町との境にあり、標高は730m、周長は約760mの「ため池」です。水源は蓼科山麓の「大滝源水」で江戸時代に築造されてから藤原田地区の7割以上の水田を賄っています。現在は禁止されていますが、以前はスケート場として親しまれていました。

第36回きのこ料理コンクール全国大会

服部栄養専門学校長賞を受賞！丸子修学館高校 高野大地さん

東京都渋谷区にある服部栄養専門学校にてきのこ料理全国大会が開催されました。「野菜ときのこの肉巻き」を考案した丸子修学館高等学校の高野大地さんが長野県代表として出場し、参加総数1707点（11県）の中から服部栄養専門学校長賞を受賞しました。



審査員（前列）と全国大会出場者（後列）（後列一番左 高野 大地さん）

服部栄養専門学校長賞受賞

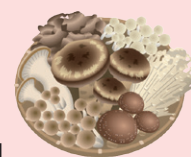


きのこ野菜を豚肉で巻いて電子レンジでチンするだけ！

野菜ときのこの肉巻き レシピ

【材料(4人分)】

豚バラ肉(薄切り) … 320g
えのきたけ … 40g
まいたけ … 30g
人参 … 40g
水菜 … 40g
グリーンアスパラガス … 4本
オクラ … 4本



【たれ】

塩麹 … 大さじ2
酢 … 大さじ1と1/3
砂糖 … 大さじ1/2
ごま油 … 小さじ1強

【作り方】

- ① えのきたけは石突を切り落とし、まいたけは細かくほぐしておく。
- ② 皮をむいた人参はせん切り、水菜は4cm、グリーンアスパラガスは8cmに切る。オクラはへたを切り、たて半分に切る。
- ③ 豚バラ肉1切れに①～②を乗せて巻き、つま楊枝で崩れないように止める。
- ④ 耐熱皿にのせ、ラップをして600Wの電子レンジで7分程加熱する。(時間は肉の色を見ながら加減してください)
- ⑤ 器に盛り、混ぜたたれを添えたら完成。

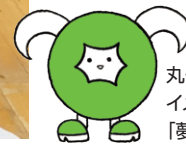


左から 服部 幸應さん、高野 大地さん

丸子修学館高等学校の生徒が取材して記事を作成する「丸子を駆ける」の第6回目は「丸子消防署」で取材した内容をお届けします。



AEDパッドを貼っている様子



丸子修学館高等学校
イメージキャラクター
「夢見る子ヒツジ」 マルシープ

こんにちは！今回は丸子消防署にインタビューをしてきました！インタビューを通して感じたことや消防隊員の方々の想いなどを話したいと思います。

まずインタビューして思ったことは、隊員の皆さんは丸子地域の人々を火災から守ったり救ったりする気持ちが強くてとても熱い人たちだということでした。どうしたら多くの命を救うため、怪我人に負担をかけず救助できるか模索したり、当直の際の訓練時に「ビル4階で火事発生」「人が生き埋めになっている」など様々な状況を想定し救助訓練をしているそうです。そして日常生活でも努力は怠らず、体力錬成トレーニングとしてランニングや筋力トレーニングをしているそうです。消防隊員のプロ意識にとっても感銘を受けました。

消防隊員の方は火災が起きた際の火活動だけではなく火災を未然に防ぐための予防対策や消火したあとの出火原因を調べたりとても仕事内容が多岐にわたります。

特に火災予防には力を入れていて学校や会社にも立ち入り調査をし、火災報知機や消火器の具合を調査しています。消防隊員の方は特に火災予防に力を入れているそうです。

また、消防と救命に分けて質問させていただきました。消防に関しては、「田舎と都会で訓練内容は違うのか」「防火防災訓練や燃えにくい家が増える」など火災件数は減ってきているか」などを聞き、救命に関しては、「救急車出動における出動原因の内容」「年齢別の搬送回数」「季節別の搬送原因」「救急車到着までにできること」「少なくとも私たち自身が身につけておいたほうがよい救命処置」を聞かせていただきました。また「スマホの自動通報機能による誤報が増えたか」などを聞くことができ、自動通報機能のような便利な機能が増えていく中で、それによって誤報の原因になっているなど、メリットやデメリットを知ることができました。

また質問を通して救急搬送の多くが70～80代の高齢の方ということも知ることができ、季節や場所によって身の回りの危険から守る必要性や、もしものときに少しでも救命率を上げることのできる心肺蘇生などを知っておくことが重要と感じることができました。さらに、取材中に実際に出動があり、緊張感のある現場を目の前でみたことで、「かつこいい、自分もこうなりたい」という憧れがさらに強くなった反面、向かった先に自分たちが助けなければ死んでしまうような人がいることもあらると考えると、不安や緊張を感じました。

質問を通して様々な必要性や重要性を知ることができ、実際の出動を目の前で体験したことにより、さらに消防について憧れを持てたとてもいい機会になりました。(坂田・柳田)



胸骨圧迫の実習をする柳田さんと坂田さん



取材の様子

丸子地域協議会だより

市民協働によるまちづくり



●第4回丸子地域協議会（7月25日）

- 温泉施設の料金改定と家族券の廃止について、行政管理課から説明がありました。
- 地域課題解消のための各組織（住民自治組織など）の役割について、市民参加・協働推進課から説明がありました。
- 地域協議会のあり方の検討について、市民参加・協働推進課から説明がありました。

●第5回丸子地域協議会（8月22日）

- 「コミュニティセンター熊の森」の無償譲渡について、丸子地域振興課から説明がありました。
- 市民参加・協働推進課からの諮問について（地域協議会の設置単位等について）、協議を行いました。

●第6回丸子地域協議会（10月3日）

- 市民参加・協働推進課からの諮問について（「地域協議会の設置単位等について」及び「住民自治組織等について」）、協議を行いました。



市ホームページで会議概要等を公開しています。



●分科会

全体会の後、「福祉・子育てに関する分科会」「公共交通に関する分科会」「文化財・歴史分科会」の会議を行いました。

☎ 地域協議会事務局(地域振興課内) 電話42-1041／有線24510

図書館だより



丸子図書館のQRコードはこちら



カブトムシの館長さん

～皆さんの知りたい、学びたいを応援します～



おはなし会

「塩川おなはしの会」と丸子修学館高等学校3年生（保育選択）とのコラボによる『おはなし会』では、パネルシアター（動く紙芝居）やペープサート（紙人形劇）を楽しみました。

また、『ハロウィンかぼちゃを作ろう！』では、参加者が観賞用かぼちゃに目・鼻・口のシールを貼ったり書いたりし、世界に一つだけの作品が出来上がりました。

10月19日(土)
『図書館まつり』を
開催しました。

新企画『本の福袋』
図書館職員が選んだ本を、中身が
分からないように包装し、貸し出し
をしました。



ハロウィンかぼちゃ作り



本の福袋

☎ 丸子図書館 電話42-2414／有線24602

丸 子 公 民 館 だ よ り

音楽村バラ園でお手伝いをしていただける方を募集します♪



信州国際音楽村でバラ作りをしませんか？



今年度末で信州国際音楽村公園バラの会が解散することになり、
来年度以降のバラの管理や育成のお手伝いをしていただける方を募集してい
ます。関心のある方は、丸子地域教育事務所までご連絡をお願いします。



令和7年二十歳を祝う式実行委員を募集します



- 開 催 日／令和7年1月12日(日)予定
- 式 典 会 場／丸子文化会館
- 対 象／平成16年4月2日から平成17年4月1日生まれで、
事前の実行委員会及び当日の運営に協力できる方
- 出身中学校／丸子・丸子北中学校
- 申 込 み／住所、氏名、連絡先、出身校を電話又はメールで
丸子公民館へ。
メール mshakai@city.ueda.nagano.jp



特に動画編集できる方、丸子北中出身の方を探しています。
当日の受付をお手伝いしてくれる方も大歓迎です。

丸子公民館の利用について

現在、公民館利用の貸出区分は、午前・午後・夜間・昼間ですが、**令和7年4月から1時間単位になります。**
丸子公民館では、現在30の団体が様々な活動をしています。☑ 絵画、絵手紙、ウクレレ、ハーモニカなど
★既に登録されている団体の更新申請は、12月20日(金)まで受付しています。
★新規登録の申請は、1月末まで受付しています。

依水館のおそうじを
お手伝いしていただける方を募集します

11月20日(水)の9:30から市指定文化財の依水館の清掃を行います。館内
のお掃除(1時間程度)を行った後、講師に阿部 勇先生をお招き
し、講話会を開催します。



依水館の管理や活用に関心のある方は、ご参加ください！

※依水館とは大正7年6月、製糸結社・依田社により建てられた迎賓館施設で丸子公園付近にあります。

こどものための
和菓子講座を開講します！

- 日時／令和7年2月1日、8日、22日
毎回土曜日
10:00~12:00
- 会場／丸子保健センター
1階調理実習室
- 講師／千野 雅芳さん(千野菓子店)
- 対象／市内在住の小学生
- 内容／季節の練り切りづくり
- 申込・詳細は、市ホームページへ



丸子デマンド交通を ご利用ください!



丸子デマンド交通
利用方法は
市ホームページに
掲載しています

丸子デマンド交通の愛称を募集します

昨年の10月から地域の皆様にご利用いただいている丸子デマンド交通について、より親しみを持って気軽にご利用いただけるよう、車両の愛称を募集します。

応募方法など

応募資格／丸子地域にお住まいの方

応募方法／次の事項を記入の上、郵送・FAX・インターネットにて応募してください。

- ①愛称（ふりがな）②愛称に込めた思いや理由
③応募者氏名（ふりがな）④年齢 ⑤住所 ⑥性別 ⑦電話番号

●郵送の場合

「〒386-0492 上田市上丸子1612 丸子地域建設課 宛」

●FAXの場合

「0268-42-3228」へお申し込みください

●インターネットの場合

【パソコン】

「丸子デマンド交通」で検索し
所定の入力フォームより

【携帯電話・スマートフォン】

QRコードから→



応募期限／令和6年12月20日（金）必着

応募点数／1人1作品

ニックネームをつけてね！
たくさんの応募待っているよ！



☎ 丸子デマンド交通受付センター（会員登録・予約）電話0268-71-0390 丸子地域建設課 管理担当 電話42-1032／有線24552

水辺だより

地域の宝
～水辺環境を保護しましょう～
依田川リバーフロント市民協働事業実行委員会

リバーフロント 市民の広場



秋のイベント

10月6日（日）、クアハウスかけゆの健康運動指導士・横山 佳栄^{よし栄}さんを講師に「芝生の上で遊ぼう！親子で楽しむ運動講座」が開催されました。親子5組16名が参加し、1歳から10歳までの子どもたちが芝生の上でタオルを使った遊びなどをしました。参加者からは「子どもの笑顔をたくさん見ることができました」「外で体を動かす良い機会でした」などの感想がありました。

同日、深山古民家コンサートの藤原 容子^{ようこ}さんをはじめとする「しかのくまバンド」による「芝生の上で聴こう！あおぞらコンサート」が開催されました。「ラジオ体操の歌」や「アヴェマリア」など13曲を演奏した後、約40名の観客全員で「大きなおっぱいの古時計」を歌いました。



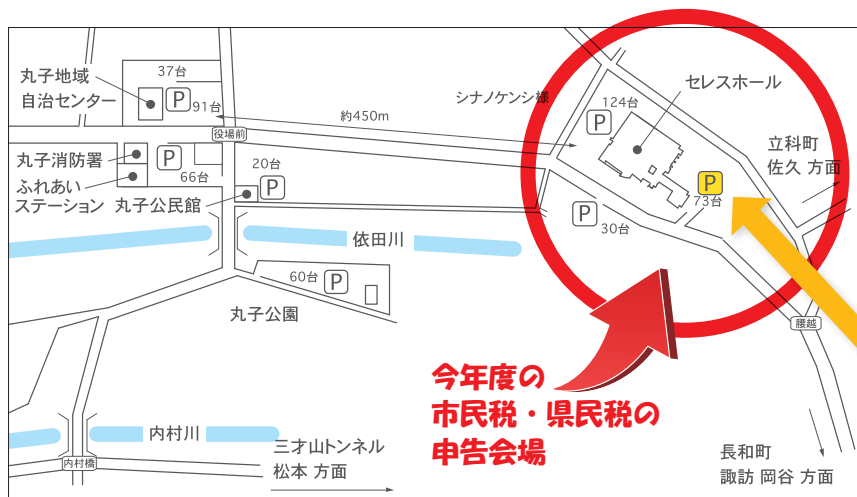
芝生の上で遊ぼう！親子で楽しむ運動講座



芝生の上で聴こう！あおぞらコンサート

☎ 依田川リバーフロント市民協働事業実行委員会事務局（地域振興課内）電話42-1011／有線24510

市民税・県民税申告の会場が変わります！



今年度の申告会場は丸子文化会館（セレスホール）の会議室棟1階（展示室・大会議室）に変更されますので、ご注意ください。

また、駐車場はホール南側（公園側）をご利用ください。詳しい日時や地区割などは令和7年1月号の広報うえだ・令和7年2月号の丸子地域自治センターだよりに掲載予定です。

駐車場は
こちら



☎ 税務課 市民税係 電話23-5115

イベント情報 クアハウスかけゆ

こども水泳アドバイス



●水慣れからクロール・背泳ぎの初歩から完成を目指します。

対象／小学生・定員10名【要予約】

開催日時／12月15日(日)、令和7年1月26日(日)、
2月16日(日)
10:30～11:30

※入館料(500円)の他に受講料100円がかかります。
大人付き添い入館100円

※前月の教室開催日の10:30から申込開始します。

☎ クアハウスかけゆ 電話44-2131/有線29762

申込み、詳しい内容については施設へお問い合わせください。

除雪作業にご協力ください

冬期間の安全な道路交通を確保するため、除融雪作業をします。作業は、バス路線などの主要な市道を中心に除雪や凍結防止剤の散布を行います。大雪などに備え、ご理解とご協力をお願いします。

①路上駐車や荷物の放置はしないでください。

作業の支障となり事故につながる恐れがあるため大変危険です。

②道路・水路に敷地内の雪を出さないでください。

思わぬ交通事故や水害の原因になりますので、おやめください。

③自宅前の除雪をお願いします。

④騒音などにご理解をお願いします。

早朝や夜間作業による騒音などでご迷惑をおかけする場合があります。



☎ 丸子地域建設課 土木担当 電話42-1031/有線24561

救急医療シンポジウム

考えよう! 上田地域 私たちの救急医療

入場料
無料

予約
不要

- 日時／令和6年12月15日(日)
13:30～15:00(13:00開場)
- 場所／丸子文化会館 セレスホール
- テーマ／考えよう! 上田地域 私たちの「救急医療」
～救急医療現場から学ぶ～
- 内容／「上手な医療のかかり方」について
パネルディスカッション
- コーディネーター／大屋 房一氏
(信州上田医療センター第一救急部長)
- パネリスト／吉本 広平氏
(信州上田医療センター第二救急部長)
鳥羽 泰之氏
(小林脳神経外科・神経内科病院院長)
上田地域広域連合消防本部職員

☎ 上田地域広域連合 地域医療対策課 電話43-8818

第27回鹿教湯温泉 氷灯ろう夢祈願

来場料
無料

約200個の氷の灯ろうを並べ火を灯す
夜景が美しいイベントです。

- 日時／令和6年12月27日(金)～令和7年1月31日(金)
16:30～21:00
※天候不良により中止となる場合があります
- 場所／文殊堂・薬師堂周辺
(湯坂～文殊の湯～五台橋～文殊堂～薬師堂)
- 氷絵馬を700円で販売します

☎ 丸子産業観光課 電話42-1048/有線24524