

上田市の現状
（いいところ・課題）

こんな取組があるとよい！？
自分達もこんなことができるかも！？

こんなまちになって欲しい！
こんなまちにしたい！

マイカー依存

マイカー依存で歩かない

イベントの存在

別所線イベント
走る・歩く・乗る
いつも盛りあがっている

ウォーキングアプリの認知度向上

上田にはウォーキングアプリウエイがある！
アプリウエイでは毎日歩数ランキングが発表されている

認知度もっと上がると…いいよね！
↓
歩数上位に景品等
行政がプレイヤーに広報依頼
デザイン性をあげる

緑や魅力的な店舗を増やし、歩きたくなるルートづくり

坂が多い歩くにはちょうど良い負担
自転車にはキツイ
歩道に緑が無い夏暑すぎて歩こうと思わない

歩道狭くてこぼこ
一つ市で直していこう
インフラ見直し費用捻出

ウォーカブルなまちなか
緑をふやすグリーンインフラ
魅力的な店や空間を歩いて巡るルートづくり・提案
上田の地図づくり、アプリ等用いてまちのみんなが自分たちの地図づくりを行政が示す。

公共交通の利便性向上や、自宅近くでサービスを楽しむ環境整備も

上田市は広い（丸子・真田・武石）歩きまわるにはちょっと…タクシーやバスが便利になると良い
「歩く」=出ていく？出て行かなくても家や近場でサービスが受けられると良い

リアルにつながらなくてもオンラインでつながれる時代
地元民SNSとか

歩きたくなるまちづくり

歩きたくなるまちづくり
歩数を自慢する文化の醸成

マイカーではなく公共交通が便利な方がゆたかなまちづくりにつながることを行政が示す。
公共交通に乗るのがカッコいい文化

生き生きと健康に暮らせるまち

気軽に集まれる身近なコミュニティがあると良い

お茶会のようなやつ
近くにお茶のみの集まりがあるとよい
例：武石地域

みんなが参加しやすいコミュニティが身近にあると良い
負担感なく楽しんでやれることがヒケツ？（カッコリしたもの）

地域での健康増進活動

自治会ごとに健康づくりPJ
行政が支援
イベントのたびにやろう！お城とかでも！
健康体操はやらせる！大東市？
とうみ市の歌とダンスを参考にする

健康で幸福＝コミュニケーションが活発になること
地域で集まれるイベントが多いと良い

地域活動に参加しやすくなるためには何が大切？

担い手不足がすすむ
市民で協働していく際に強制的な参加を求められると幸福とはいえない。自治会の集まりの必要性を問うべき。
地域活動には余暇が必要
ライフワークバランス
コミュニティへの入りづらさ
・仕事の両立
・過度な負担感

負担感とメリットのバランス？
→ただ金銭的な価値では考えない方がよい？
地域内のほどよいつながりがあるとよい？

断熱の促進でリスク回避

夏：熱中症
冬：ヒートショック
生活習慣症の危険性をつたえるセミナーを市で開く
防止するために断熱への支援
断熱してないと不安になる文化の醸成「みんながやってみよう！」

市民がもっと市政に参画できるまちづくり

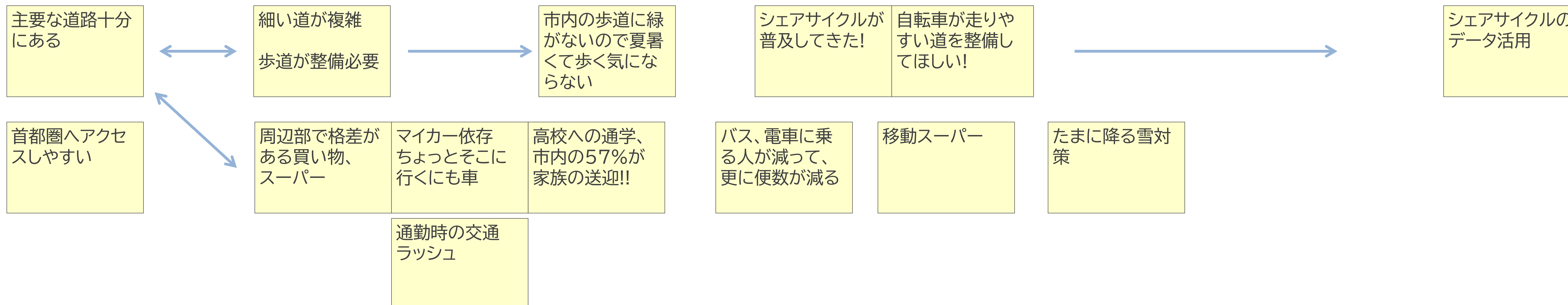
空き家の利用
まちづくりコーディネーターがいない
コミュニティがオープンじゃない
小布施町に学ぼう
↓
イノベーションハブが起点になってまちへ提案。行政と一緒に。（関係人口がふえる）
仕方分からない！
そういう場があるかも分からない
行政との連携
↑市民がまちづくりに参加できる
中・高校生がまちに出る（実はよく知らないやなぎまちも）
タネマキのイメージ
行政が学校に入っていく
授業参観でこのWSをやっちゃおう！
総合計画に限らずWS

上田市の現状
（いいところ・課題）

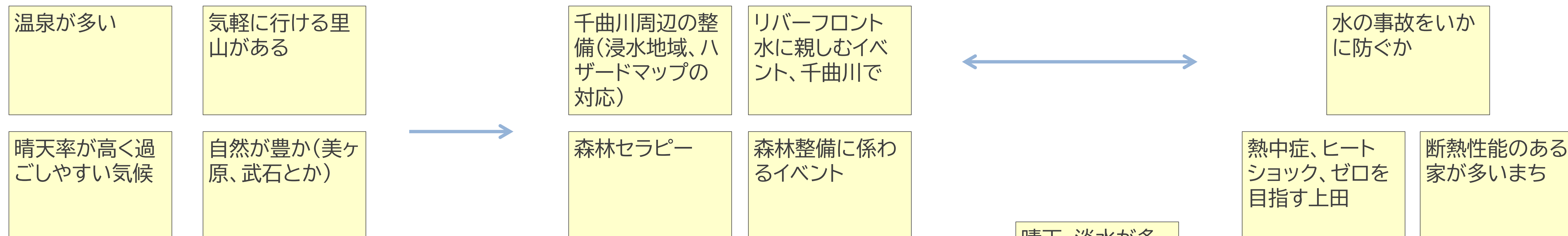
こんな取組があるとよい！？
自分達もこんなことができるかも！？

こんなまちになって欲しい！
こんなまちにしたい！

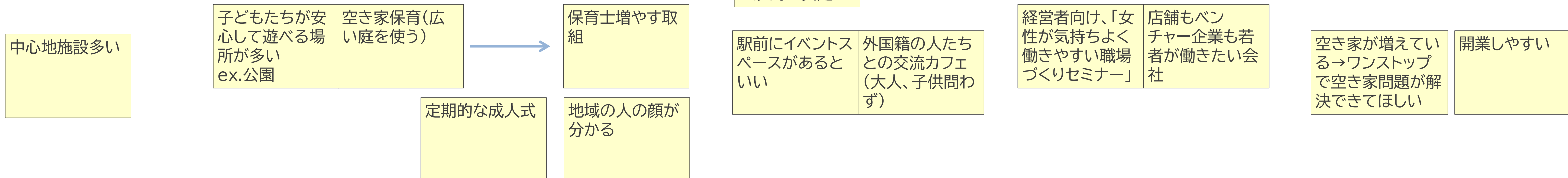
城下町らしさを残しつつ生活と観光しやすい交通インフラの整備



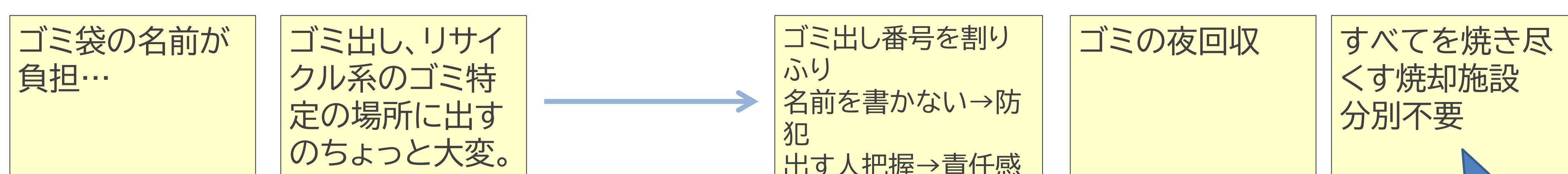
上田市の豊かな自然を活用して市民が健康で幸福になる



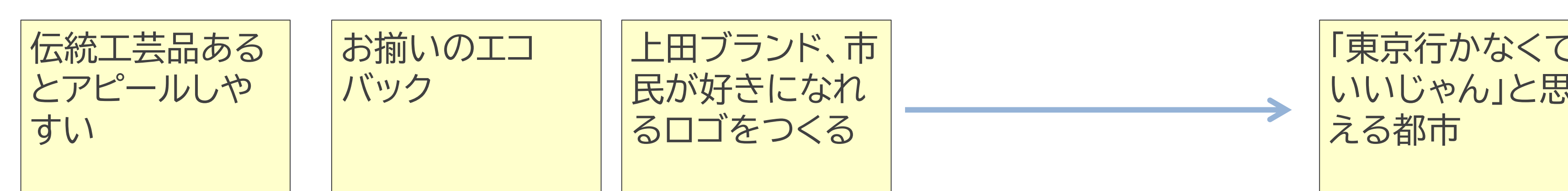
市民交流や創業の場として中心市街地を活用



綺麗なまちづくりはごみ処分から



シビックプライドを持てるまちづくり



上田市の現状
（いいところ・課題）

こんな取組があるとよい！？
自分達もこんなことができるかも！？

こんなまちになって欲しい！
こんなまちにしたい！

住みやすいまち

新幹線便利

通勤＝ストレスがない。
趣味の時間を作れる。

一通りはそろって

柳町店をより魅力的に、歩きたい、行きたいから健康につながる

課題（もっと若者で賑わうまちに）

薬学部（若者）どうなった。
松本は街中に沢山いるような。

若者が少ない

駅前が産業通りに比べて寂しい

町、市の中で店の差が激しい

食

農業

マツタケ

看護学生を多く受け入れられる病院

病院が混んでいる

看護学生を大量に受け入れられる病院があったら（職場として）

医療が充実している

起業・創業新サービス

観光・商業

おしゃれ田舎プロジェクト
小諸みたく

上田市内散歩コースを作る

イベントや上田市企業への誘致

松本城に来る城好きに向けて、より広報する。人の流れを生む。

思いきってコストコ誘致。

上田城で季節に合わせたイベント

職場に魅力的なサークル、部活がある。社内に体を動かすトレーニング施設がある。

農業×ブランド化、商業

上田特色を生かした農産物などを作り出す
須坂→フルーツ王国
オプセ→栗
“〇といえば～”

上田の食材だけをつかった健康食品のレストラン

農業

農業バイト（市の申請等）

農業法人の育成

移住・起業してみたいまち

移住してみたいまち

移住して来た人が喜ぶ支援＝住んでいる人が幸せなまち

特色のあるまち

「コレ!」というものがあるまち

長野といえば上田のように知名度を上げて人の交流を増やし元気で幸福なまちへ

働きがいのあるまち

雇用が安定している

いろいろな職種の就職先が充実しているまち

ブラック企業減らす。

新しいサービスが生み出せる

プロスポーツチームによる活性化

スタジアムがない（会場）

プロスポーツチームの誘致

上田市の現状
（いいところ・課題）

こんな取組があるとよい！？
自分達もこんなことができるかも！？

こんなまちになって欲しい！
こんなまちにしたい！

誰でも医療が受けられるような体制を整えてほしい

休日に病院行く
の大変…（探せ
ても遠かったり
する）

産科が少ない

病院と公共交通の
関係性
アクセスしやすく
なってる？（なっ
てないように思う）

車社会すぎる
病院へのアクセ
スも大変

相談窓口迷う
生活サポートつ
てどんなものが
ある？

病時の生活不安を
誰に相談してい
いか分からない。市役
所にtelしてよいで
すか。

生活支援サービ
ス高齢者だけ？
若者も動けなく
なるときは？

医学部も薬学部
も作れば

医者を増やす
→今の子どもたちや
これから生まれてくる
子たちにお医者さん
目指してもらう

お医者さんの仕
事を身近に感じ
てもらう

医者誘致
（とにかくどこも
混んでる）

予防医療で医療
費減→財源捻出
→医者誘致費用
に

公共交通の利便
性向上で医療費
数億円削減（富
山市にならって）

相談しやすい窓
口がほしい（すぐ
やる課的な？）

「人間洗濯機（※大
阪万博）」実用化→
（介護分野への応
用）介護職員の負担
軽減

子どもからお年
寄りまで元気な
街！

健康づくりのために歩きたくなるような街にしてほしい

緑が多い

（坂が多い）
高低差がある気
がする

大きい公園ない
（東御市にはあ
る）

歩道に街灯が少
ない

商店街の歩きや
すさ改善

歩いてみたいま
ちづくり
公園・緑・花壇

ハイキングイベ
ント→足腰鍛えら
れる

歩きやすい歩道
整備、十分な広
さ

子どもの健康にもより目を向けてほしい

子供達が遊べる
涼しい施設

学校も断熱
子どもたちの健
康・命を守る

既存の制度やアプリをもっと有効活用してほしい

上田市ウォーキング
アプリ「うえいく」
認知度・活用度が低
い

健康づくりチャレンジポ
イント制度があるけど、認知
度が低く、使いにくい（利
用率の現状は？）ポイント
交換率なども気になる

その他の意見

健康体操が大流
行する上田→医
療費削減
大人数で集まっ
て体操

熱中症、ヒート
ショック予防
断熱（住宅、職
場）

健康推進パッケー
ジをつくる
食・運動・学習など
全部できる設備

上田の特性を生かした健康づくりを推進してほしい

せっかく温泉があるか
ら市民が安く入れると
うれしい
武石・塩田・真田・丸子
たくさんあるので。

市民の温泉利用
率を知りたい！

温泉へ行きやす
い仕組（バス、送
迎）

温泉に市民優待
デーがあり、
500円くらいだ
といい

上田市の現状
（いいところ・課題）

こんな取組があるとよい！？
自分達もこんなことができるかも！？

こんなまちになって欲しい！
こんなまちにしたい！

地域愛を育ててUIJターンを促進

上田の魅力に気づけない

高校が勉強・部活一色

幼少期から上田の魅力を伝える

ハロウィンでコスプレしようin上田城

外から来た人を定着させるような仕組み

空き家を使った模擬店

子どもたちが出店

世代・文化を超えてだれもが繋がれるまち

ご当地ヒーロー！

何事においても選択肢が広いまち

世代間を超えた交流

地域をフィールドにする

種まき

多世代交流(キノコ狩り、農業、稲作、音楽)

多文化教育→外国籍家族、子どもと交流(一緒に食事・おしゃべり)

今ある強みを活かして大人から子どもまで学べるまちづくり

大学が4つある

信大が地域連携少ない？

外国語学校がある(多文化)

学校外で日本語を使う場を

企業×大学

地域での教育

学校の近くの商業施設整備

通勤・通学の支援をして欲しい

高校・大学連携

社会人が学べる学校のようなものを作る

大学生から地域の人へ向けたワークショップ

つながるための便利なサービスを行政から展開or教えてほしい

公式でワンストップマッチングサイト(世代間、職業、文化交流何でも)

やりたいこと何でも。窓口

市民のやりたいを行政がサポートしてくれる窓口があると良い

市内に限らずとももっと広く、若者がつながると良い

大人でも学びやすい

英会話教室もっと欲しい(価格・機会◎)

その他の意見

小さい子たちの学びの場がもっとほしい

Arioに集まっちゃう

図書館の整備

サントミューゼに図書館

複合施設

社会人のための学びの場も欲しい！

働きながら学び直しができる

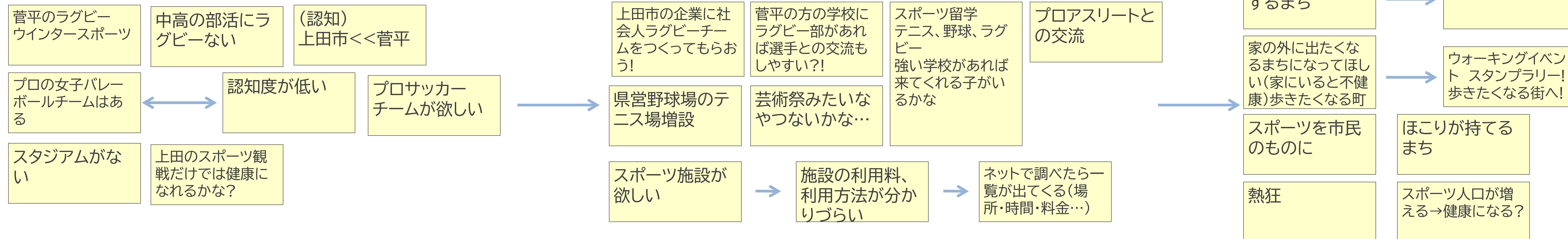
有名資格スクール誘致

上田市の現状
(いいところ・課題)

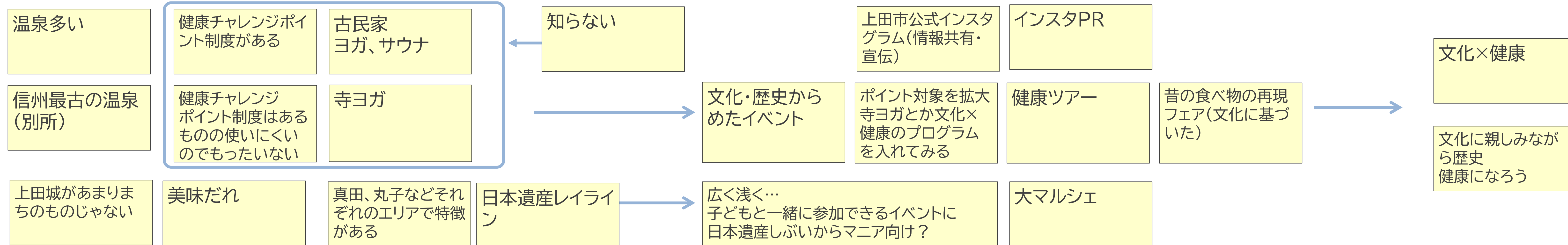
こんな取組があるとよい！？
自分達もこんなことができるかも！？

こんなまちになって欲しい！
こんなまちにしたい！

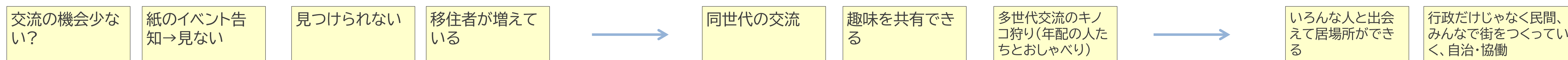
スポーツに熱狂しよう！



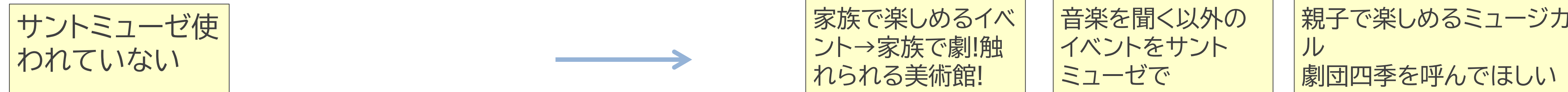
文化×健康！



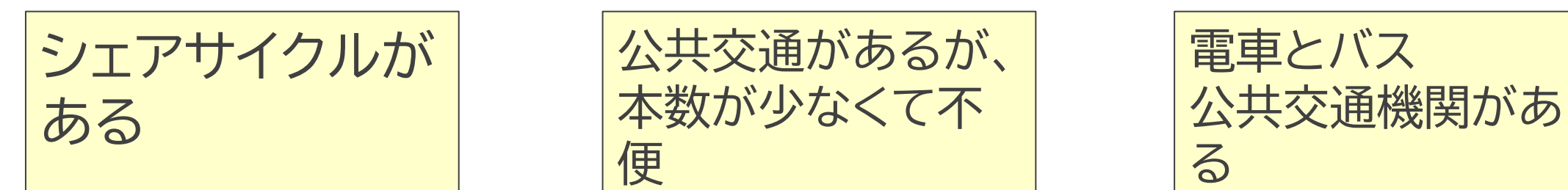
多世代、同世代ともっと交流したい！



サントミュージゼでもっとイベントを！



公共交通はあるが不便



コミュニティが
できていくイメ
ージ