

地域自治センターだより

さなだ

令和元年/2019

5月号
No.68

ありがとう

「平成」

祝「令和」

上田市真田地域自治センター 地域振興課 / 〒386-2292 上田市真田町長7178-1 / 有線 2015 / TEL 0268-72-2200(代表) / FAX 0268-72-4140

真田地域のイベント & スポーツ大会

(☆印さなだスポーツクラブ主催)

- 5月18日(土) ▶ おはなし広場
- 6月1日(土) ▶ 第38回さなだスポーツクラブ杯マレットゴルフ大会☆
- 6月2日(日) ▶ 第33回菅平カントリーフェスティバル
- 6月9日(日) ▶ 第12回スカイライントレイル菅平
- 6月15日(土) ▶ おはなし広場
- 6月16日(日) ▶ 第13回さなだスポーツクラブ杯少年サッカー大会☆
- 7月6日(土) ▶ 第39回さなだスポーツクラブ杯マレットゴルフ大会☆
- 7月7日(日) ▶ トップアスリートと生涯スポーツ講演会 in 真田
永島昭浩氏講演会☆

ふれあいさなだ館イベント情報

- 6月19日(水) ▶ 「ハーモニカライブ」
* イベントは大広間ステージで12:30から行われます。
* 入館料が必要です。

【定期開催】

- ヨガ&ストレッチ…講師 倉崎直子氏
2019年6月12日 / 7月10日 (毎月第2水曜日)
10:30~11:30
参加料500円 (予約不要) * 別途入館料が必要です。

☎ 真田温泉ふれあいさなだ館有線 2230 ☎ 72-2500

真田地域協議会だより

問 地域振興課 有線2015 TEL72・2202

第7期 2年目の

真田地域協議会がスタート

4月から第7期2年目の真田地域協議会がスタートしました。今回、団体推薦の委員6人が交代されましたのでご紹介します。
(敬称略/五十音順)

内 海 清 和/上田市自治会連合会 (傍陽地区)
甲 田 忠 夫/上田市自治会連合会 (本原地区)
小 林 恵/真田地域保育所連合保護者会
田 邊 豊 人/長地区自治会連合会 (菅平)
堀 内 育 子/農村女性ネットワークさなだ
柳 澤 治 男/上田市自治会連合会 (長地区)

新センター長挨拶



真田地域自治センター長
やまざき かんじ
山崎 完爾

皆様始めまして。この4月に自治センター長に就任いたしました山崎完爾です。
「平成」が終わり「令和」へと時代が移り変わる新しい時に、真田の地でお世話になることな

り、とても新鮮な気持ちでおります。地域の皆様との出会いを楽しみにし、「真田」のネームバリューを活かすよう、この地域のために尽力してまいりたいと思っております。で、よろしく願っています。
さて、本年はラグビーワールドカップが日本で開催され、出場するイタリア代表チームが菅平高原でトレーニングキャンプを行っています。「4年に一度ではなく、一生に一度だ」という大会スローガンのように、こうした機会は二度とないでしょう。「スポーツ合宿の聖地「菅平高原」を世界にPRする絶好のチャンス」と捉え、真田地域全体で盛り上げていきたい

と考えております。

また、29年7月に設立された真田の郷まちづくり推進会議を中心に、市民と行政がそれぞれの立場や得意分野において力を発揮する「参加と協働のまちづくり」を進めていく必要があります。「真田ブランド」を活かした真田地域の将来を方向付ける重要な事業として、実現に向けた一層の努力をしてまいります。

いずれにいたしましても、地域住民の皆様のお力なしにはできないことです。引き続き一層の御理解、御協力を賜りますようお願い申し上げます。



長財産区議会議員選挙結果

〈敬称略〉

2月25日に上田市長財産区議会議員選挙（無投票）が行われ、新しい議員の皆さんが決まりましたのでご紹介します。

〔任期：平成31年3月26日から4年間〕

加 藤 勲 (菅 平)
大久保 治 男 (大日向)
倉 島 秀 紀 (角 間)
倉 島 雄 二 (横 沢)
松 尾 隆 (真 田)
大久保 裕 功 (十林寺)
田 中 徹 (石 舟)
柳 沢 章 夫 (戸 沢)
松 沢 克 典 (横 尾)

問 地域振興課 庶務担当
有線 2011 ☎72-2201

平成31年度 第1回 わがまち魅力アップ応援事業

平成30年度に引き続き、次の7事業が採用されました。

継続事業

- NPO 法人 さなだスポーツクラブ
「トップアスリートと生涯スポーツ 講演会 in 真田」
- NPO 法人 さなだスポーツクラブ
「RUN & トレッキング IN 真田」
- 真田郷の会 「真田おもてなし事業」
- 石舟自治会
「石舟地域の歴史遺産を活用した住民交流活性化事業」
- 菅平自治会
「古道・大笹街道の道標と大明神茶屋跡地保存整備事業」
- 一般社団法人 菅平高原観光協会
「菅平湿原でお宝発見！
～生き物探索ゲームによる地域理解と観光誘客～」
- 戸沢酒米作りプロジェクト実行委員会
「酒米作って戸沢活性化プロジェクト」

第2回募集は5月下旬を予定しています。奮ってご応募下さい。

地域づくりの現場

地域づくりから見えて来た
真田地域に暮らす人びとの姿

真田地域の各地区では、「住みやすい地域」を目指し、各地で工夫を凝らした特色ある活動が積極的に行われています。シリーズで地域づくりの現場をお届けします。

地域の特色ある活動を募集します。
取材のお申し込みは、地域振興課まで
有線2015 ☎72-22202



山崎地域

自治会の枠を越えた
産業振興

山崎観光農園活性化組合

山崎観光農園活性化組合は、十林寺・竹室・下塚の自治会の皆さんにより、山崎地籍の農道開通に伴い荒廃農地解消を目的として平成12年に設立され、ブルーベリーの栽培を始めました。当時の真田地域ではブルーベリー栽培は珍しく、試行錯誤を繰り返しつつ作付けの規模拡大も行ってきました。収穫時期には「つみとり体験」に真田地域内外から多くのお客様を迎え、観光農園として運営しています。

当初10人から始まった組合ですが、自治会の枠を越えて、地域の活性化につながる活動として定着しています。



ふれあいさなだ館

食堂の営業時間 変更のお知らせ

6月3日(月)から、食堂の営業時間
が変更になります。
※平日のみの時間変更です。

平日営業時間 ①11:00~14:30
②17:00~20:00

土・日・祝日 11:00~20:00

☎ 真田温泉ふれあいさなだ館
有線2230 ☎72-2500

現在、真田町駐在所には、所長の平林警部補と寺尾巡査の2人が駐在しています。

寺尾巡査は、この3月に真田町駐在所に赴任されました。「地域のみなさんに顔を覚えてもらい、気軽に声をかけてほしいです。これからも安心安全な真田地域になるように努めていきたいです。」と話して下さいました。



真田町駐在所



この3月に真田町駐在所に赴任された寺尾巡査



30年後の地域に向けて…

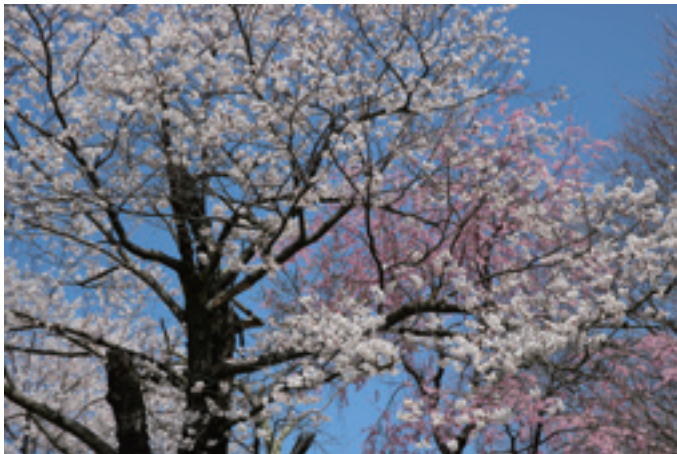
菅平区タイムカプセル (4/18)

昨 年10月1日に旧真田町発足30周年記念として埋設されていた、タイムカプセルの開扉セレモニーが行われたことを契機に、菅平自治会内でも「タイムカプセルをやりたい」と多数の希望があり、区総会に合わせて30年後の未来に向けたメッセージが封印されました。



今年も桜がきれいに咲きました

4 月の下旬、真田地域のあちこちで桜が満開となりました。来る新元号を祝うかのように、鮮やかに地域を彩っていました。



柴宮の桜



山遠家の桜

ぴかぴかの一年生 (4/4)



本原小学校の入学式の様子

真 田地域の小中学校で入学式が行われました。

真田地域では中学校に78人、小学校へは80人が入学しました。



真田地域小中学校入学者数

学校名	男子	女子	計	昨年比
菅平中学校	6人	2人	8人	(+1人)
真田中学校	38人	32人	70人	(-12人)
菅平小学校	0人	3人	3人	(-10人)
長小学校	14人	5人	19人	(-8人)
傍陽小学校	10人	7人	17人	(+3人)
本原小学校	23人	18人	41人	(+17人)

人生100年時代！特定健診を受けよう！

日本の長寿化が加速しています。100年という長い人生を充実したものにするために“健康”は大切な要素です。健診を毎年受診して自分の体をチェックしましょう！

Q 体調が悪くなくても健診を受けるの？

A 生活習慣病（糖尿病、高血圧など）はすぐに症状は出ません。そのため、知らず知らずのうちに症状が進行します。自覚症状が現れてからだと通院したり、薬を飲んだりと時間やお金がかかります。体調が悪くなくても健診を受けましょう。

Q 通院していても健診を受けた方がよいの？

A 病院で受けている検査と特定健診の項目が違う場合があります。体調が悪くなり、検査を受けたら糖尿病だったということもあります。健診は無料で受けることができますので、かかりつけ医にご相談ください。

Q 真田地域の受診状況は？

A 平成29年度上田市特定健診の真田地域の受診者数は813人。受診率41.3%でした。県の受診率46.5%と比べると5.2%低い状態です。自治会によっては県の受診率より高いところもあります。真田地域の現状についてお知りになりたい方は保健センターまでお問い合わせください。

上田市国民健康保険にご加入の方は、5月中旬にピンク色の封筒で受診券と問診票を郵送いたします。6月1日から、上田市の指定医療機関で受診できます。ぜひ受診しましょう！

※上田市国民健康保険以外にご加入の方は、ご加入の医療保険者にお問い合わせください。

健診料無料！

受診券



2019年度 健康相談日のご案内 会場／真田保健センター

開催日		内 容	時 間
2019年 (H31年)	5/21(火)	親子 ●子どもとママ・パパの健康相談 (健康相談、離乳食・食事相談) ●子どもの身体計測 (身長・体重計測) ●母乳育児相談 (授乳含む子育て相談)	午前9時30分～10時30分 ※ 予約不要 ※ 母子健康手帳をお持ちください
	6/19(水)		
	7/18(木) 歯		
	8/20(火)		
	9/12(木)		
	10/18(金)		
	11/14(木)		
2020年 (R2年)	12/17(火)	大人 ●健康相談 (大人の血圧測定、健康相談、食事相談) ●こころの健康相談 健診結果の見方や健康・食事について、保健師・管理栄養士がご相談に応じます。また、ご自身やご家族の心の不調については保健師等がご相談に応じています。眠れない、食欲がない、いつもとようすが違うときなど、お気軽にご相談ください。	午後1時30分～3時 ※ 事前に予約をお願いします
	1/16(木) 歯		
	2/13(木)		
	3/10(火)		

歯の印がある7/18と1/16の9:30～10:30は、歯科衛生士による歯科相談もあります。ご利用ください。

おすすめの新着本

【一般図書】



- 「生命の灯となる49冊の本」……………中村 桂子／著
- 「妻のトリセツ」……………黒川伊保子／著
- 「中村天風の折れないところをつくる言葉」…中村 天風／著
- 「あゆみ」……………皇后／著
- 「道」……………天皇／著
- 「サハリンに残された日本」……………斎藤マサヨシ／著
- 「日本人のひるめし」……………酒井 伸雄／著
- 「サクラの文化誌」……………岩崎 文雄／著
- 「村の酒屋を復活させる」……………玉村 豊男／著
- 「やさしいバナナのお菓子」……………若山 曜子／著
- 「孤独のすすめ 続」……………五木 寛之／著
- 「影ぞ恋しき」……………葉室 燐／著
- 「ノースライト」……………横山 秀夫／著
- 「クローバーナイト」……………辻村 深月／著
- 「傲慢と善良」……………辻村 深月／著
- 「麦本 三步の好きなもの」……………住野 よる／著

【郷土の本】

- 「そさんらいさん粗餐礼讃」……………窪島誠一郎
- 「信州かやぶき民家」……………林 安直
- 「よしまる かずまさ早春賦をつくった吉丸一昌」……………吉丸 昌昭

【児童書】



- 「個性ハッケン!」
 - 「恐竜大集合」
 - 「いないねこ」……………ヒグチ ユウコ
 - 「せかいいちのねこ」……………ヒグチ ユウコ
 - 「あんぱんまん」……………やなせ たかし
 - 「ぎょうれつのできる ケーキやさん」…ふくざわ ゆみこ
 - 「たまごさんがね…」……………とよた かずひこ
 - 「チョコちゃんに叱られる」
 - 「ノロウェイの黒牛」……………なかがわ ちひろ
 - 「らくがきボール」
- ……………鈴木のりたけとラグビー選手の仲間たち

『読書の木』の桜が満開になりました。



3月から始めました、真田図書館の「本を借りて桜の花を咲かせよう」のテーマコーナーは、おかげさまで、満開になりました。たくさん本を借りていただいております。

真田図書館当面の行事予定

- 5月18日(土) ★おはなし広場
- 6月15日(土) ★おはなし広場

真田図書館
休館日カレンダー

赤字が休館日です

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	

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	22
23	24	25	26	27	28	29

6月



♪開館時間♪
火～金▶9時～18時30分
土・日▶9時～17時

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		

7月

問 真田図書館 有線 2003 ☎ 72-8080