

相 談 名	実 施 日	時 間	場 所	申 込	連 絡 先	
消費生活相談／市民相談	毎週月～金曜日	9:00～12:00 13:00～16:00	市役所(本庁舎)	事前に電話で	上田市消費生活センター ☎75・2535	
法律相談(1人年1回、20分)	12日(金)・26日(金)	13:00～16:00		事前に電話で		
行政相談	9日(火)	13:00～15:00		不 要	市民課 ☎71・8051	
土地境界・不動産鑑定・建築相談／ 登記法律相談	11日(木)	13:00～16:00				
マンション管理士によるなんでも相談	24日(水)				事前に電話で マンション管理士会 ☎050・7120・6411	
行政相談／登記・法律相談	17日(水)	9:00～12:00	丸子地域自治センター	事前に電話で	丸子生活環境担当 ☎42・1216	
人権擁護委員による 人権悩みごと相談	毎週月～金曜日	8:30～17:15	—	不 要	みんなの人権110番 ☎0570・003・110	
	毎週月・水・木曜日	9:00～16:00	長野地方法務局上田支局		長野地方法務局上田支局 ☎23・2001	
女性弁護士による法律相談	11日(木)・25日(木)	10:00～12:00	市民プラザ・ゆう	事前に電話で	市民プラザ・ゆう ☎27・2988 (人権共生課)	
女性相談員によるなんでも相談	毎週火曜日	11:00～18:00			2日前までに電話で	市民プラザ・ゆう ☎27・3123 (人権共生課)
	毎週木曜日	10:00～17:00				
	13日(土)・27日(土)					
認知機能検査	毎週水曜日	9:30～12:00	市役所(本庁舎)	事前に電話で	高齢者介護課 ☎23・5140	
若年性認知症・認知症相談	毎週月～金曜日	8:30～17:15			健康推進課 ☎23・8244	
ひきこもり相談・こころの相談	相談のうえ決定		ひとまちげんき・ 健康プラザうえだ	—	少年育成センター ☎22・8080 (生涯学習・文化財課)	
青少年電話相談	毎週月～金曜日	9:00～16:00	—	不 要	子育て・子育て支援課 ☎23・2000	
ひとり親相談・家庭児童相談	毎週月～金曜日	9:00～16:00	ひとまちげんき・ 健康プラザうえだ	事前に電話で	教育相談所 ☎27・0241	
児童生徒の教育相談				事前に電話で	発達相談センター ☎24・7801	
発達相談						
わが子の就職等相談会	毎週月曜日	10:00～17:00	若者サポート ステーション・シナノ	事前に電話で	若者サポートステーション・ シナノ ☎75・2383 (地域雇用推進課)	
若者のための仕事何でも相談	毎週月・木曜日					
求職・労働相談(就労サポートセンター)	毎週木・金曜日	9:00～17:00	勤労者福祉センター	事前に電話で	地域雇用推進課 ☎26・6023	
生活・就労相談	毎週月～金曜日	9:00～17:00	ふれあい福祉センター	不 要	まいさぼ上田 (生活就労支援センター) ☎71・5552 (福祉課)	
外国人住民のための総合相談	毎週月～金曜日	9:00～17:00	市役所(本庁舎) 1 階	不 要	人権共生課 ☎75・2245	
中小企業・小規模事業者の経営相談	2 日(火)・16日(火)	9:00～17:00	上田合同庁舎	1週間前までに ホームページ または電話で	長野県よろず支援拠点 ☎026・227・5875 (商工課)	
	10日(水)	10:00～16:00	市役所(本庁舎)			

※相談内容によっては、時間や申込などに条件がある場合がありますので、連絡先にお問い合わせください。



消費生活センターだより

ネット通販で商品が届かない！悪質通販サイトにご注意を！

「通販サイトで注文し、代金を前払いしたが商品が届かず、事業者と連絡がとれない」など、悪質通販サイトによるトラブルの相談が消費生活センターに寄せられています。悪質通販サイトの中には、実在する通販サイトを装ってウェブサイトの名称や住所、画像などを無断使用したり、実在する無関係な事業者情報(事業者名・連絡先)を無断で掲載しているケースも見られます。悪質通販サイトの多くが、海外の事業者によるものと思われます。不審な場合は、購入する前にサイト名や運営事業者名を検索し、偽サイトに関する注意情報などがないか確認しましょう。

消費者へのアドバイス

- 購入前に通販サイト内の表示や支払方法などをよく確認しましょう。
- サイト内に事業者の名称や住所、電話番号が明記されているか。
- サイト内の日本語が正しく表記されているか。
- 市場では希少なものがサイトでは入手可能となっていないか。
- ブランド、メーカー品で価格が通常より格安になっていないか。
- 支払方法が限定されていたり、振込先の口座の名義が個人名でないか。
- キャンセル、返品、返金のルールが記載されているか。

- 注文を確定する前に、「最終確認画面」などの表示を確認しましょう。

証拠として、画面のスクリーンショットを保存しておきましょう。

- トラブルにあったら、すぐに決済関連事業者に相談しましょう。

【クレジットカード決済】トラブルにあったことを連絡することで、クレジットカード会社から対応が得られる場合があります。

【銀行振込】お金を取り戻すことは非常に困難ですが、できるだけ早く振込先銀行に相談するとともに、警察にも被害を届け出ましょう。



不安に思ったり、トラブルになった場合には、一人で悩まず、上田市消費生活センター(☎75・2535)や消費者ホットライン(☎188)にご相談ください。



情報ア・ラ・カルト

信州国際音楽村

図 ☎42・3436 (月曜日休館)

上田ーウィーンアカデミー2025

【期間】9月12日(金)～15日(月・祝)

【場所】信州国際音楽村一帯

【内容】ウィーンの伝統的な音楽を楽しむイベント。
15日の野外ステージでのコンサートやイベント
と音楽を通じて交流します。

【出演】

- カール・ヤイトラー(指揮、元ウィーンフィル
ハーモニー管弦楽団バストロンボーン奏者)
- 市村信持(バストロンボーン、元群馬交響楽団)
- 澤田まゆみ(ピアノ) ほか

【その他】野外コンサートへの出演・参加を大募集中

- **カール・ヤイトラー
トワイライト トロンボーンコンサート**

9月13日(土) 16:00～(有料)

- **こだまアカデミー受講生コンサート**

9月14日(日) 14:00～(無料)

- **ひびき野外ピクニックコンサート**

9月15日(月・祝) 17:00～(無料)



各イベントの詳細は
信州国際音楽村ホーム
ページをご覧ください。



市立博物館

図 ☎22・1274 図23・5503
(水曜日休館)

令和7年度 第3回博物館講座

【日時】9月18日(木)
13:30～15:00

【場所】
信濃国分寺資料館 講堂

【テーマ】

太平洋戦争の記憶をつなぐ若者たち

【講師】山浦和彦氏(前長野大学副学長)

【定員】先着20名

【料金】100円(資料代込み)

【申込】8月23日(土)以降、住所・氏名・電話
番号を電話、FAXまたは窓口で



ホームページ



場所の記載がないイベントは、図の施設で実施します。対象、定員、料金、
申込の記載がないものは「申込不要」「定員なし」「無料」「申込不要」です。

文芸

入選作品

短歌

小宮山 久子 選

硬貨入れ缶コーヒーが落ちてくる数秒の間 光る雲見ゆ
紫陽花の咲きたる里の花の寺この季節だけ村は混み合う
今は亡き友持ちくれしシャガの花枇杷の木下に楚々と咲き揺る
身のうちも心の中もはれねども友の電話に安らぐ今日は
郭公の声高らかに夏近し夕餉は定番初鰯かな
あしびきの浅間の峰をしたいつつわが依田川はどろき流る

〈選者評・一首目〉 屋外の自動販売機のガラス面に映る美しい雲を、ほんの一瞬見て居たのでしよう。瞬時を具体的にこらえた表現が見事です。

俳句

島田 洋子 選

田水入り百面相を映す子等
朝まだき味噌豆炊くや山桜
水鏡滑り老鶯響き来る
どじょう捕る裸足の子等や風通る
雲行きを横目にチラと梅を挽ぐ
研ぎたての鎌働かす山卯木
チェロの音の響く本堂五月雨
幸村の隠し大釜若葉山
Aーは人を超えるか五月闇

〈選者評・一句目〉 田に水が入り、いつもの通学路も違う景色。近づく顔が映ることに気付き、色々な表情をして楽しんでいる様子が目に浮かびます。

川柳

斉藤 俊 選

名が出ない言葉が出ない愚痴が出る
銘柄米古米に売り場明け渡す
今年また嬉しい間貸しつばめの巢
自問して自答している一人酒
備蓄米やっと世に出て嬉しそう
猫家出さがし帰れば家の中
食べ盛り鰻登りのエンゲル値
角が立つそとと本音を仕舞い込む
値下がり千切りキャベツリズムカル
〈選者評・一句目〉 一読し、只只頷くばかりの私。悔しいけれども納得のいく一句。歳のせいと諦めるしかないのか、でも少しでも食い止める方法は無いものかと悩むばかり。

11月号の投稿方法

- 投稿は、上田市にお住まいの方の未発表作品に限りです。
- インターネットでの投稿は、二次元コードを読み取り、投稿フォームに入力してください。
- はがきでの投稿の場合、種類ごと別々のはがきで裏面に住所、氏名(フリガナ)、短歌・俳句・川柳の別を記入のうえ、図へ
- 添削を希望する場合は、往復はがきにご自分のあて先を記載のうえ、投稿してください(短歌は2首、俳句は3句、川柳は2句まで)。
- 個人情報は、作品の表彰および添削以外には使用せず、選者以外の第三者に提供することはありません。
- 掲載作は、選者が添削して掲載する場合があります。

図 文化政策課 ☎75・2005 〒386-8601(住所不要)

9月16日(火)必着



投稿フォーム