

令和8年経済センサス 一活動調査を実施



6月1日(月)を基準日として、全国すべての事業所・企業を対象に、経済構造を明らかにすることを目的に実施します。

4月にインターネット回答用の書類が郵送されました。未回答の事業所や、調査員が新たに把握した事業所には、5月中に調査員が伺い調査票を配布します。

回答は、安心して便利なインターネット回答をご利用ください(紙面による郵送での回答も可能です)。

☎ 政策企画課 ☎23・2235

マンホールカードの 配布を開始



上田市第4弾となるマンホールカードを配布しています。

配布時間 9:00~17:00

配布場所 上田市観光会館2階 観光案内所
(年末年始は休み)

配布方法

配布場所の窓口で職員にお申し出ください。1人1枚お渡しします。

その他 カードは配布場所を訪れることで入手できます。事前予約や郵送は行いません。

☎ 下水道課 ☎75・1091

5月分 市税などの納期限

● 軽自動車税 全期

6月1日(月)までの
納付をお願いします。

納め忘れのない「口座振替」が
おすすめです。

☎ 収納管理課 ☎23・5117

上田市日本遺産 関連事業支援補助金



市の日本遺産の知名度向上や地域活性化を目的として日本遺産を活用する取組を実施する法人や団体などに対し、その経費の一部を補助します。

対象事業

- ①地域活性化や県内外から上田市への観光誘客を期待することができる取組
- ②新商品の研究・開発など、意欲的で先進的な取組
- ③既存商品の付加価値を高めるために行う取組

補助率・上限額

- ①補助率10/10・上限額10万円
- ②③補助率5/10・上限額20万円

申込(一次) 6月30日(火)まで

☎ 上田市日本遺産推進協議会事務局
(文化政策課内) ☎75・2005



市ホームページ

ID:126508

自転車用ヘルメットの 購入補助



自転車運転中の重傷事故の割合が高い高齢者を対象に、自転車用ヘルメットの購入費用を補助します。

対象(①~③の全てに該当する方)

- ①市内に住所を有する満65歳以上の方
- ②自転車用ヘルメット(新品に限る)を購入した方
- ③市税の滞納がない方

補助金額 購入費用の2分の1
(限度額2,000円)

申込 お問い合わせください。

☎ 市民参加・協働推進課 ☎22・4140

お知らせ



6月は児童手当の支給月



令和8年4~5月分の児童手当を6月10日(火)に指定口座に振り込みますので、ご確認ください。

お子さんが生まれたときや、高校生年代以下の児童を養育している方が市内へ転入したときは申請手続きが必要です(公務員の方は勤務先にお問い合わせください)。申請・受給されていない方は、早めにご連絡をお願いします。

☎ 子育て・子育て支援課 ☎23・5106
丸子市民サービス課 ☎42・1118
真田市民サービス課 ☎72・2203
武石市民サービス課 ☎85・2068

不動産を取得した時の税金



不動産取得税は、不動産(土地・家屋)を取得したときに、取得した方に納めていただく税金(県税)です。



電子申請

土地や家屋を購入した場合などは、所有権移転の登記月からおおむね半年後に、納税通知書をお送りしますので納税をお願いします(住宅・住宅用土地は、軽減制度が適用される場合があります)。

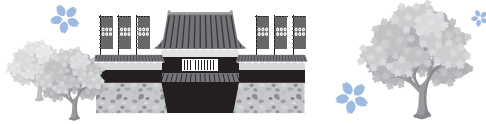
住宅などを新築した場合は、通常、その翌年8月頃に納税通知書をお送りします(特例控除によって免税点未満となり、納税通知書が送付されない場合もあります)。住宅用土地の軽減措置を受けるためには申請が必要です。電子申請も可能です。

☎ 長野県東信県税事務所 課税課
課税第二係 ☎0267・63・3138

(税務課)

場所の記載がないイベントは、固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、「ご納得でも」「定員なし」「無料」「申込不要」です。

市ホームページ内の各ページはID番号で検索できます。二次元コードの下に記載のID番号を検索窓に入力してご利用ください。



市営住宅6月期入居者募集

募集団地

馬場町、千曲町、内堀、
中丸子、上丸子、上長瀬

※募集団地は変動する場合があります。詳細は、ホームページをご覧ください。



ホームページ

申込期間 6月1日(月)～5日(金)

入居者決定方法

6月16日(木)に上田合同庁舎南棟2階会議室で公開抽選を行います。

抽選後に申し込みのなかった住宅がある場合は、引き続き当選されなかった方を対象とした再募集と抽選を行います。希望者は抽選会にご参加ください。

その他

- ひとり親・高齢者・障がい者・若者夫婦・子育て世帯などの一定の要件を満たす世帯は優先枠に申し込むことができますが、入居を保証するものではありません。
- 上記と同じ日程で県営住宅の入居者募集も行います。市営・県営住宅の両方に申し込めます。

☎ 長野県住宅供給公社

上田管理センター ☎29-7010

(住宅政策課)

審議会等附属機関の委員を募集

審議会名／審議内容／申込先・☎

①表彰審査委員会

／市の功労表彰などに関し、市長の諮問に応じて調査審議

／秘書課 ☎22-3435

②男女共同参画推進委員会

／男女共同参画の推進に関する施策を、総合的かつ計画的に推進する上で必要な事項を調査審議

／人権共生課 ☎23-5245

①②共通事項

任期 委嘱の日から2年間

募集人員 若干名

応募資格 市内在住の18歳以上の方

応募方法

- ① 6月12日(金)、② 6月19日(金)までに、申込書(各☎窓口、市ホームページにあり)を郵送または各☎窓口へ。後日面接により決定します。

その他 公募による他の審議会への参画者は応募できません。



市ホームページ

ID:6026

(行政管理課)

募集

依田窪プール 監視員・看護師募集

勤務日時 7月1日(火)～8月31日(月)
各日 8:30～16:30

職種／募集人数／勤務内容／対象／賃金

●監視員

／10名程度／プールの監視・清掃 など

／18歳以上の健康な方(高校生不可)

／時給1,227円

●看護師

／若干名／けがの応急処置・受付

／資格のある方／時給1,579円

申込 5月18日(月)～6月5日(金)に履歴書(写真付き)、看護師の方は看護師免許証(写し)を添付のうえ、総務課(☎23-5332)へ持参または郵送で

その他 面接日時などは、応募締切後に通知します。

☎ 丸子総合体育館 ☎43-2250

〒386-8601(住所不要) 総務課宛

(丸子地域教育事務所)

学校体育施設開放 利用団体の追加登録募集

学校体育施設を利用する場合は団体登録が必要です。登録に一部空きがあるため、利用を希望する団体はお申し込みください。施設の空き状況は、市ホームページをご覧ください。

対象団体

市内在住・在勤・在学の方で組織された成人の指導者がいる団体

※中学部活動を社会体育として利用する場合は、団体登録が必要

登録方法

5月29日(金)までに、所定の用紙(☎窓口、市ホームページにあり)を提出

※希望が重複した場合は調整します。

☎ 教育施設整備室 ☎23-6772



市ホームページ

ID:26336

第55回 上田わっしょい参加連募集

上田わっしょいを一緒に盛り上げる「連」を募集します。多くの皆様のご応募をお待ちしています。

日時 7月25日(日) 16:00～

場所 中心市街地

募集連 踊り連、みこし連、太鼓連

申込 6月8日(月)までに、申込書を郵送または持参で。電子申請も可

☎ 上田わっしょい実行委員会

(観光シティプロモーション課内) ☎23-5408

〒386-0024 大手2-8-4



ホームページ



場所の記載がないイベントは、☎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、「ご納得でも」「定員なし」「無料」「申込不要」です。

市ホームページ内の各ページはID番号で検索できます。二次元コードの下に記載のID番号を検索窓に入力してご利用ください。



新たに就任した行政委員を紹介します

4月市議会臨時会での議会同意を得て、次の皆さまが就任されました。



教育委員会委員

はね だ のり ふみ
羽 田 憲 史 氏

任期 4年

令和8年4月29日から
令和12年4月28日まで



監査委員

かね こ かず ひろ
金 子 和 寛 氏

任期 4年

令和8年4月28日から
令和12年4月27日まで



監査委員（議会選出）

さ とう のり ゆき
佐 藤 論 征 氏

任期は市議会の申し合わせによる



公平委員会委員

さ とう けい た
佐 藤 恵 太 氏

任期 4年
※再任（2期目）

令和8年4月28日から
令和12年4月27日まで



固定資産評価審査委員会委員

みや した かず み
宮 下 和 美 氏

任期 3年
※再任（3期目）

令和8年4月29日から
令和11年4月28日まで

「デジタルチケット配付事業」 IDなど記載通知の再発行します

ID・パスワードが記載された通知を紛失した方を対象に、通知の再発行を行います。
詳細は市ホームページをご確認ください。

☎ 福祉課(デジタルチケット再発行等窓口) ☎75・1365



市ホームページ
ID:74705



地域密着型介護保険 サービス事業者を募集



第9期上田市高齢者福祉総合計画に基づき、地域密着型サービスの基盤整備を行うため、介護保険サービス事業者を募集します。



市ホームページ

ID:53010

サービスの種類

定期巡回・随時対応型訪問介護看護
1か所

募集期限 6月30日(火) 17:15まで(厳守)

募集内容 市ホームページをご覧ください。

☎ 高齢者介護課 ☎71・6576

第10回記念大会 武石仮装大賞出場者募集



武石仮装大賞へのお出場者を募集します。

期日 9月20日(日)

場所 武石地域総合センター
コミュニティホール

申込 6月30日(火)までに、
ホームページ内の申込
フォームで



ホームページ

☎ 武石風土つなぎ隊 ☎090・5790・4508
(武石地域振興課)

放課後テラス 発表者募集



上田駅水車前広場で、日頃の成果を発表しませんか。放課後テラス支援事業では、児童・生徒・学生の皆さんの表現活動を応援します。



市ホームページ

ID:2021

発表期間

6月1日(月)～11月30日(月)

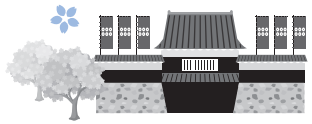
※希望日の1か月前までに申し込み

実施場所 上田駅水車前広場

募集内容 音楽・ダンスなどの発表

対象 小学生～大学生(専修学校などを
含む)の個人または団体

☎ 文化政策課 ☎75・2005



文化少年団わくわく体験

日時 7月5日(日)
10:00~14:30
場所 上田創造館
文化ホール



市ホームページ
ID:127142

内容
子どもを対象とした文化芸術活動を行う上田市文化少年団では、第21回子ども文化講座として、加盟団体による参加体験型のPRイベントを開催します。さまざまな文化活動を見て、触って、体験して、“やりたい”を見つけよう！子ども向けのお楽しみ企画もあります。

☎ 上田市文化少年団事務局
(文化政策課内) ☎75・2005



景観ウォッチング~親子でお城と城下町を歩こう~

日時 6月13日(出) 9:30~12:00
(受付 9:20~) ※雨天決行

集合場所 上田市役所
内容

上田城と周辺の城下町の街並みについて歩きながら学ぶ、親子で巡るツアー。復興400年となる上田城の歴史や、今に残る景観を体感しましょう。

講師 和根崎剛
(上田市櫓復元推進室室長) ほか
対象 市内の小・中学生(要保護者同伴)
定員 先着20組

持ち物 飲み物、雨具

申込
5月25日(月)~6月10日(水)
に住所・氏名・学年・連絡先を
電話またはLINE予約で



LINE予約

☎ 都市計画課 ☎23・5127

催し

うえだ環境市民会議 総会・講演会

日時 5月30日(出)
13:30~15:30(受付 13:00~)
場所 上田駅前ビル パレオ2階 会議室
内容 定時総会とあわせて環境について学ぶための講演会
講師 水出博司氏(日置電機㈱)
上田地域振興局環境課職員(予定)
対象 環境に興味のある方
☎ 環境政策課 ☎23・5120

個別栄養相談

日時 第2・4月曜日(休日を除く)
各日 13:30~15:00(予約制)
場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ
※日時や場所は変更可能ですので、
ご相談ください。
内容 生活習慣病の予防や改善のための食事など、食生活や栄養に関する相談
対象 市内在住の方
申込 電話で
☎ 健康推進課 ☎28・7124

染屋浄水場見学会

日時 6月7日(日) 9:00~12:00
場所 染屋浄水場(古里2250)
内容
毎年6月1~7日は水道週間です。浄水場の見学で水道の仕組みを学びませんか。上下水道局イメージキャラクターあかりちゃんも遊びに来ます。浄水場・資料館の見学、水の飲み比べ、微生物観察、ヨーヨーつり ほか
※場内の案内・説明は 9:30~、10:30~の2回実施予定
☎ 経営管理課 ☎75・2276

上田市運転免許証自主返納促進事業 (タクシー、丸子・武石デマンド交通利用 補助券交付事業)の申請受付を終了

運転免許証を自主返納された方に対して交付している、タクシー(デマンド交通)利用補助券について、事業内容の評価・検証を行った結果、令和8年度で交付申請の受付を終了することとしました。すでに運転免許証を返納された方や返納を検討されている方は、早めの申請をお願いします。



市ホームページ
ID:2174

申請期限 令和9年3月31日(水)まで
変更点 令和8年4月1日(水)以降に新規申請された方の利用補助券有効期限を、従来の3年から2年へ変更します。
その他 長野県タクシー協会加盟事業者が独自に実施している、「運転経歴証明書」をタクシー乗車時に提示すると運賃が1割引となるサービスは、引き続き実施されます。

☎ 交通政策課 ☎23・5011

場所の記載がないイベントは、固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、「ご納得でも」「定員なし」「無料」「申込不要」です。

市ホームページ内の各ページはID番号で検索できます。二次元コードの下に記載のID番号を検索窓に入力してご利用ください。



このマークは、健康づくりのチャレンジポイント対象事業です。

あたたかい心

ご寄附をいただいた皆さま、ありがとうございました。
 ました。厚く御礼申し上げます(3月分)。

- ◇有限会社ウスザワ様 現金100,000円/子育て支援のため
- ◇株式会社経営サポートプラスアルファ様 農業政策推進のため
- ◇ハナサカ軍手プロジェクト様 ちび軍手1,089双/市内小学校へ
- ◇株式会社日誠イーティーシー様 現金1,000,000円/部活動地域展開のため
 現金1,000,000円/上田城跡整備事業のため
- ◇石井康平様 トランペット1台/第六中学校へ
- ◇中澤さみ子様 自伝的エッセイ集「カンタービレ」/市内図書館・市内小中学校へ
- ◇上田城復元の夢を叶える市民の会様 現金51,193円/上田城跡整備事業のため

ふるさと寄附金 664件 11,526,200円

定員 先着6名
料金 682円(テキスト代)
申込 講座説明会前日までに電話で
その他 6月19日(金) 10:00~の講座説明会への参加必須
問 若者サポートステーション・シナノ(大手2-3-4 大手ビル2階)
 ☎75・2383
 (地域雇用推進課)

日常生活支援講習 【高齢者活躍人材確保育成事業】

日時 ①6月15日(月) 10:00~16:00
 ②6月16日(火) 10:00~15:00
 ③6月17日(水) 9:30~14:00
場所 ①上田地域シルバー人材センター
 ②③豊殿地域自治センター
講師 介護労働安定センター、(株)サニークリーン甲信越、長野県栄養士会
対象 60歳以上で、シルバー人材センターに興味をお持ちの方
定員 先着15名
持ち物 筆記用具、掃除実習用ゴム手袋、エプロン、マスク、三角巾、飲み物、昼食
申込 5月25日(月)~6月5日(金)に電話または☎窓口で
問 シルバー人材センター ☎23・6002 (高齢者介護課)

講座・教室

脳力アップ!すくませ教室

日時 6月30日(火) 13:30~15:30
場所 中央公民館3階 大会議室
内容 ミニ講座「口の衰え」気になりませんか? ~オーラルフレイルって何?~と、脳を活性化させる脳トレ、体操。動きやすい服装でお越しください。

講師 武田昇子氏(歯科衛生士)
対象 市内在住で、もの忘れの不安を感じている方

定員 先着40名
持ち物 筆記用具、飲み物
申込 6月10日(火)以降、電話で
問 高齢者介護課 ☎23・5140

求職中の若者のためのパソコン講座

日時 6月22日(月)~26日(金) (全5回)
 各日 10:00~12:00
内容 ワード・エクセルの基本操作と応用(Office2024を使用)
対象 15~49歳の求職中の方

▶続<

上田市消防団 ポンプ操法・ラッパ吹奏大会

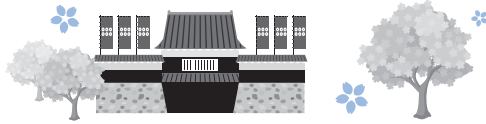
日時 6月7日(日) 7:00~
場所 丸子総合グラウンド
 丸子総合体育館
内容 ポンプ操法は、消火活動の基本となる操作を安全・確実・迅速に行うため、ラッパ吹奏は、規律と演奏力の向上を目指し、訓練を重ねています。消防団員の訓練の成果をぜひご覧ください。
問 危機管理防災課 ☎21・0123

FIFAワールドカップ2026パブリックビューイング

日時 6月21日(日)
 13:00キックオフ予定(開場 12:30)
場所 上田映劇(中央2-12-30)
内容 日本代表 vs チュニジア代表
定員 先着180名
申込 5月22日(金)~6月12日(金)に市ホームページ内の申込フォームで
 *定員になり次第締め切ります。
問 スポーツ推進課 ☎23・5196

就職個別相談 ミニジョブカフェ

日時 6月11日(休)・23日(火)、
 7月9日(休)・28日(火)
 各日 13:30、14:30、15:30~ (各50分)
場所 勤労者福祉センター
内容 就職や転職、働くことに関するさまざまな悩みに対して、専門アドバイザーが丁寧にアドバイス。応募書類の添削や面接指導も実施
対象 学生~40代前半の就職を目指す方
申込 希望日の3日前(土日祝日除く)の17:00までに電話で
問 地域雇用推進課 ☎26・6023



心のサポーター養成研修会

日時 6月15日(月)
14:00~16:00(受付 13:45~)

場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ
健診ホール

内容 できる範囲で心の不調を抱える周りの人を手助けするために、メンタルヘルスや精神疾患への正しい知識を学んでみませんか(講義とグループワーク)。

講師 心のサポーター指導者

申込 6月12日(金)までに、電子申請または電話で

☎ 健康推進課 ☎23・8244



電子申請

ビジネススキルアップセミナー

日時 6月11日(木)
14:00~16:00

場所 勤労者福祉センター

対象 求職中または転職や再就職をお考えの25~44歳の方

定員 先着10名

申込 電子申請で

☎ 地域雇用推進課 ☎26・6023



市ホームページ ID:88047

親子で楽しくぼうさい教室 ~命を守るためにできること~

日時 6月27日(出)
9:30~11:30

場所 武石地域総合センター
コミュニティホール

内容 新聞を使って災害時に役立つスリッパや、ホットケーキミックスで非常食を作ります。

対象 小学6年生までの子どもと、その保護者

定員 先着30組

申込 5月25日(月)以降、電話または電子申請で

☎ 上田地区武石支部更生保護女性会事務局(武石市民サービス課内) ☎85・2068



電子申請

出前ときめきのまち講座

地域の学習支援や市政に関する情報提供の機会として皆さんのもとに職員が出向き、テーマに関する説明や意見交換を行います。

日時 月~金曜日の2時間以内(原則)その他の日程は要相談

対象 市内在住・在勤・在学者で構成された5~50名の団体・グループ(50名を超える場合は要相談)

料金 無料(観覧料などが生じる場合あり)

申込 希望講座を選び、開催希望日の2週間以上前(講座により1か月以上前)に☎、担当課または公民館窓口へ申込書を提出

その他 詳細は受付後に担当者調整してください。

☎ 生涯学習・文化財課 ☎23・6370



市ホームページ ID:4359

女性のための創業スクール2026

2016年から延べ630名以上が受講した人気のスクール。モチベーションアップのためのワークショップに加え、創業計画の作成、開業に必要な手続きと申告、販売戦略の策定など、創業に向けた実務を学べる4日間です。

日時 6月5日・12日・19日・26日の金曜日
各日 9:30~

場所 +519worklodge (上田市技術研修センター)

内容 2016年から延べ630名以上が受講した人気のスクール。モチベーションアップのためのワークショップに加え、創業計画の作成、開業に必要な手続きと申告、販売戦略の策定など、創業に向けた実務を学べる4日間です。

定員 会場・オンライン 計25名程度

料金 1,000円/回

申込 ホームページで

☎ 上田市創業支援プラットフォーム (AREC) ☒ sogyo@arecplaza.jp (商工課)



ホームページ

市の財務書類の公表

市では、資産や負債、費用をより正確に、包括的に把握するため、従来の現金主義による会計制度に企業会計的(発生主義)な手法を取り入れた「地方公会計制度」に基づく財務書類を作成しています。令和6年度決算分の財務書類を作成しましたので、お知らせします。

☎ 財政課 ☎23・5113



市ホームページ ID:1152

パブリックコメント実施

児童館・児童センターの土曜日休館について、市民の皆さんからの意見を募集します。

募集期間 6月1日(月)~30日(火)

公表場所 市ホームページ、☎窓口、行政資料コーナー(市役所本庁舎1階)、各地域自治センター窓口

提出方法 記入用紙(公表場所、市ホームページにあり)を郵送、FAX、メールまたは☎窓口へ持参

☎ 学校教育課 ☎23・5195 ☒ 23・3745
☒ gakukyo@city.ueda.nagano.jp ☎ 386-8601(住所不要)



市ホームページ ID:1385

場所の記載がないイベントは、☎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、「ごたてでも」定員なし、「無料」「申込不要」です。

市ホームページ内の各ページはID番号で検索できます。二次元コードの下に記載のID番号を検索窓に入力してご利用ください。



このマークは、健康づくりのチャレンジポイント対象事業です。

フードドライブ

家庭で消費されない食料品を集め、食べ物に困っている方や福祉施設などに届ける支援活動(フードドライブ)をしています。食料品の提供にご協力をお願いします。

日時 6月6日(出) 10:00~11:30
場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ
受付品 次の条件を満たす缶詰、レトルト食品、乾麺、米、カップ麺などの保存できる食品

- ①賞味期限が明記され、期間が1か月以上あるもの
- ②未開封で包装や外装が破れていないもの
- ③生鮮食品以外のもの
(米は2024年産以降のもの)

問 上田市社会福祉協議会
 ☎27・2025 (福祉課)

はつらつ健康教室

期日/場所

- ①6月3日(休)・12日(金)・22日(月)
のうち、いずれか1日/中央公民館
- ②6月9日(火)
/丸子文化会館 小ホール
- ③6月23日(火)
/長瀬市民センター
- ④6月10日(休)・25日(休)
/真田中央公民館
- ⑤6月5日(金)・19日(金)
/武石地域総合センター

時間 10:30~11:30
内容 家でもできるストレッチや体操、筋トレ
対象 市内在住の60歳以上の方
持ち物 飲み物、③は室内用運動靴。その他の会場も動きやすい服装・靴でお越しください。

問 高齢者介護課 ☎23・5140

ゲートキーパー養成研修会

日時 ①7月2日 ②7月9日
 ③7月16日 ④7月23日の木曜日
 各日 18:30~20:00(受付 18:00~)

場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ
 2階 多目的ホール

内容 命の価値を考える、自殺の危機にある人への対応 など(講義と演習)


講師 パクワンジュン
 ①②朴相俊氏(佐久大学看護学部・大学院看護学研究科)
 ③④元島生氏(NPO場づくりネット)

対象 全回参加でき、初めて受講する市民の方

定員 先着20名

申込 5月25日(月)~6月25日(休)に電話または電子申請で

問 健康推進課 ☎23・8244



電子申請

ときめきウォーキング「依田川堤防と塩川地域」

日時 6月3日(休)
 9:30~11:30(受付 9:15~)

※小雨決行
 荒天時は6月10日(休)に延期

集合場所 丸子かわまち公園
 (大石橋 丸子側)

内容 丸子かわまち公園から依田川堤防を長瀬橋まで歩き、塩川地域を散策しながら戻ります。

対象 市内在住の方
定員 先着15名
持ち物 飲み物、タオル、帽子、雨具
申込 5月25日(月)以降、電話で

問 NPOクラブUSC
 ☎26・5320(平日 10:00~16:00)
 (健康推進課)

パパのベビーダンス & ママの骨盤ヨガ

日時 6月7日(日)
 10:30~12:00(受付 10:15~)

場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ

内容 パパは赤ちゃんを抱っこして音楽に合わせてステップを踏むベビーダンス、ママは別室で骨盤ヨガ。運動ができる服装でお越しください。

講師 山本美枝氏(ベビーダンス)
 渡辺由紀子氏(骨盤ヨガ)


対象 市内在住の4か月頃(首がすわった頃)~1歳半頃の赤ちゃんと両親
 ※赤ちゃんと両親そろって参加

定員 先着12組

持ち物 抱っこひも、着替え、タオル、飲み物

申込 5月22日(金)以降、電子申請または電話で

問 子育て・子育て支援課 ☎23・5106



電子申請

健康・スポーツ

あたま・からだ元気体操

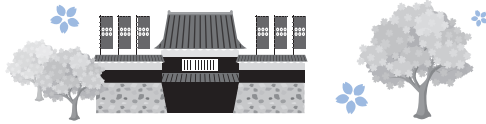
日時 5月23日~9月12日
 の毎週土曜日
 (8月15日(土)を除く)
 各日 6:30~7:00
 ※真田体育館のみ 7:30~8:00
 ※荒天時中止(中止連絡は行いません)

場所 市内7会場(ひとまちげんき・健康プラザうえだ、西部公民館、上野が丘公民館、上田創造館、塩川地域自治センター、丸子ベルパーク、真田体育館)

内容 市民の皆さんの運動習慣の推進などを目的に、「信濃の国上田健幸体操」「ラジオ体操」のほか、脳トレなど健康づくりに役立つメニューを行います。

対象 市内在住の方

問 健康推進課 ☎28・7123



鹿教湯温泉ガチャ×ガチャウォーキング

日時 5月22日(金)～6月14日(日)
各日 9:00～17:00
場所 鹿教湯温泉交流センター
(スタートおよびゴール)

内容
鹿教湯温泉の歴史的な名所などを巡って、数か所に設置されたガチャガチャで景品引換券を手に入れ、ゴールに戻ってきた方に景品をお渡しします。
景品は、文殊の湯入湯券、鹿教湯温泉宿泊補助券、鹿教湯温泉街の商店で使える商品券 など

固 実行委員会事務局
(鹿教湯温泉観光協会) ☎44・2331
(丸子産業観光課)



対象 市内在住の方
定員 先着20名
持ち物 飲み物、タオル、帽子、雨具 など
申込 6月1日(月)～10日(水)に電話で
固 武石スポーツ協会 ☎85・2280
(月・水・金曜日 9:00～12:00)
(健康推進課)

生活習慣病予防講座 ポールウォーキング ～新緑の菅平高原を歩こう～

日時 6月10日(水) 13:00～15:00
(受付 12:45～)
集合場所 アンダーアーマー菅平アリーナ
内容 ストレッチ、ポールウォーキング
(約3km)、体組成測定

対象 市内在住の方
定員 先着20名
持ち物 室内用運動靴、飲み物、帽子、タオル、ウォーキングポール(お持ちの方)、リュックサックまたはウエストポーチ
申込 5月22日(金)以降、電話で
固 真田保健センター ☎72・9007

ホテルウォーキング

日時 6月11日(木) 19:00～20:30
(受付 18:45～)
集合場所 アクアプラザ上田 駐車場
内容 アクアプラザ上田～下塩尻桜づつみ
ホテル水路～アクアプラザ上田
(中級レベル・5km)

対象 市内在住の方
定員 先着15名
持ち物 飲み物、懐中電灯
申込 5月26日(火)以降、電話で
固 NPOうえだミックススポーツクラブ
☎71・5392(平日 9:00～17:00)
(健康推進課)

たけし史跡めぐり ウォーキング

日時 6月20日(土) 9:00～12:00
(受付 8:45～)
※小雨決行、荒天時は延期
集合場所 依田窪プール 駐車場
内容 武石沖・鳥屋地区の史跡を巡ります。

◀続◀

その他のイベント

行事名	日時	場所	料金	申込・問
産後の親子ぬくもりケア 「ママの輪」2026年(前期) (各回先着4名)	5月18日、6月15日、 7月27日、8月24日の月曜日 各日 10:00～11:30 ※各日の内容は同じ	丸子中央病院 研修センター棟2階	無料	ホームページ内の 申込フォームで 丸子中央病院 経営企画課 ☎42・1136 (健康推進課(丸子保健センター))
上田低肺友の会 公開講座 薬剤師さんに聞く、呼吸器 の病気と薬～抗菌薬と気管支 拡張薬の基本～	6月4日(木) 13:30～	ひとまちげんき・ 健康プラザうえだ 健診ホール	無料	健康推進課 ☎28・7124
どろんこ自然体験教室 (小学生以下のお子さん とその保護者・先着15組程度)	6月13日・27日の土曜日 両日 10:00～14:00	中丸子親水広場 (中丸子1508)	200円/人 (2歳以下無料)	5月25日(月)～前日までに電話で 心豊かな絆の会 ☎090・3564・2882(成澤) (丸子地域教育事務所)

場所の記載がないイベントは、固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、「ごたてでも」「定員なし」「無料」「申込不要」です。

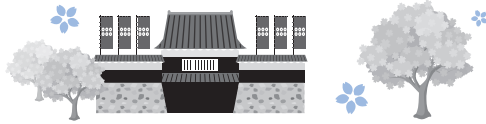
市ホームページ内の各ページは、QRコードで検索できます。二次元コードの下に記載のQRコードを検索窓に入力してご利用ください。

広告欄



このマークは、健康づくりチャレンジポイント対象事業です。

行事名	日時	場所	料金	申込・問
上田看護専門学校 オープンキャンパス	6月20日(出)、7月18日(出)、 8月6日(休) 各日 9:30~12:30(受付 9:00~)	上田看護専門学校 (上田市医師会館内 中央2-22-10)	無料	上田看護専門学校 ☎25・0539 (地域医療政策室)  ホームページ
マレットゴルフ初心者講習会 (先着15名)	6月6日(出) 9:00~12:00(受付 8:30~)	塩田の郷 マレットゴルフ場 (前山2400-1)	1,500円 (受講料、昼食代、 保険料、入場料込み。 当日徴収)	6月1日(月)までに電話または窓口で 塩田の郷マレットゴルフ場 ☎39・4455 (スポーツ推進課)
USPO朝テニ ホリデー倶楽部	12月27日(日)までの土日祝日 各日 6:00~7:30	上田古戦場公園 西テニスコート	4,000円(5回券) ※別途入会金 1,000円/人	電話または窓口で 上田市スポーツ協会古戦場公園 管理事務所(県営上田野球場内) ☎22・0695 (スポーツ推進課)
魅力再発見ウォーキング -県営上田野球場から 生島足島神社に行こう-	6月6日(出) 9:00~12:00(受付 8:40~)	県営上田野球場 (下之条354-1) (集合場所)	無料	電話で。当日参加も可 上田市スポーツ協会事務局 ☎27・9400 (スポーツ推進課)
①ポッポ体操教室 (1歳半~未就園児)	6月2日・16日の火曜日 両日 10:30~11:30	上田城跡公園体育館 剣道場	700円/組	①~⑤ 5月22日(金)~前日 15:00 までに電話で ⑥ 5月25日(月)~各開催日の前日 までに電話で ①は申込フォームも可 🌐クラブUSC ☎26・5320(平日 10:00~16:00) (スポーツ推進課)  ①申込フォーム
②親子運動あそび教室 (年少~年長児)	6月7日(日) 10:00~11:00	神川小学校体育館	500円/組	
③キッズ運動機能向上教室	6月6日(出) ●10:00~11:00(小学1~3年生) ●11:15~12:15(小学4~6年生)	川西小学校体育館	500円/人	
④ズンバ教室	5月29日(金) 10:00~10:45	上田城跡公園 第二体育館2階 トレーニングルーム	1,000円/人	
⑤ママのズンバ教室	6月13日(出) 10:00~10:45	西部公民館	●1,000円/人 ●1,500円/組 (小・中学生親子) ●子ども追加 500円/人	
⑥テニス(硬式)教室体験会 (小学生以上の親子)	6月5日・12日の金曜日 両日 19:00~21:00	上田古戦場公園 西テニスコート (6番コート)	500円/人	
大人のセルフケア教室	毎月第1金曜日 各日 19:30~20:30 (全10回) ※初回6月5日(金)	真田中央公民館	8,300円	5月22日(金)以降、電話で 🌐さなだスポーツクラブ ☎72・2657 (14:00~、火曜・祝日定休) (真田地域教育事務所)
成人水泳教室 (先着7名)	毎週月曜日 各日 11:30~12:30 (全6回) ※初回5月25日(月)	ふれあいさなだ館	4,000円 (別途、入館料)	
くらしに役立つ書道教室	毎月第4土曜日 各日 9:30~11:30 (全10回) ※初回6月20日(出)	真田中央公民館	10,000円	



施設イベント

上田図書館

☎22-0880 (月曜日休館)
✉toshokan@city.ueda.nagano.jp

特別整理のため上田図書館・創造館分室を休館します

図書や資料の整理、蔵書点検などの特別作業を行うため休館します。なお、他のエコール管内図書館(上田情報ライブラリー、丸子図書館、真田図書館、武石公民館図書室と東御市、坂城町、青木村、長和町の各図書館)は定例休館日を除き開館します。休館中の本の返却は、返却ポストまたは他のエコール管内図書館へお願いします。

- 【休館期間】
- 上田図書館 6月4日(木)~11日(木)
 - 創造館分室 6月9日(火)~11日(木)

子どもの読書講座 子どもたちに自分で読む楽しさを

【日時】6月21日、7月5日、8月2日、9月6日、10月4日、11月1日、12月6日、令和9年1月17日の日曜日(全8回) 各日 10:00~12:00

【内容】ひとり読みを始めた子どもたちに、どのようなサポートが必要なのかを考える講座です。

【対象】子育て中の方、教師、保育士、司書など

【講師】山浦美幸氏 (おはなしざしきわらしの会主宰)

【定員】先着20名

【持ち物】筆記用具、図書館利用カード

【申込】5月23日(土)以降、電話、メールまたは窓口で

上田市スポーツ教室

●ナイターテニス(後期)

／7月4日~8月29日の土曜日 各日 19:00~21:00
／古戦場公園テニスコート
／60名/6,000円

申込 5月23日(土)~6月21日(日)に市ホームページ内の申込フォームまたは、各窓口(スポーツ推進課、上田城跡公園園体育館管理事務所、自然運動公園園体育館管理事務所、丸子総合体育館、真田・武石地域教育事務所、☎)に用紙を提出

☎ 上田市スポーツ協会事務局 ☎27-9400 (スポーツ推進課)



市ホームページ ID:93428

みんなで楽しもう! ユニバーサルスポーツフェスタ

日時 6月13日(土) 9:00~13:00 (最終受付 12:00)

場所 上田城跡公園園体育館

内容 パラスポーツ・ニュースポーツの体験 ※種目ごとに体験ブースを設置

持ち物 室内用運動靴、タオル、飲み物

☎ 東信教育事務所学びの共創課 ☎0267-31-0252 (スポーツ推進課)

ノルディックウォーキングで歩く川西あやめ街道

日時 6月14日(日) 9:00~11:30 (受付 8:30~) ※小雨決行

集合場所 川西地域自治センター 駐車場

内容 川西地域自治センターからあやめ街道を歩く、約5kmのコース

対象 市内在住で健康な方

定員 先着20名

持ち物 飲み物、帽子、雨具、ウォーキングポール(無料貸出あり)

申込 5月25日(月)~6月5日(金)に電話または☎窓口に

☎ 健康推進課 ☎28-7123 信州上田ノルディックウォーキング協会 ☎24-1812(当日のみ)

第75回 市民総合体育大会 バレーボール競技

日時 6月21日(日) 8:45~17:00

場所 自然運動公園総合体育館

部門 ①北信越ママさんバレーボール連盟 競技規則による9人制女子の部
②小学生特別ルールによる6人制小学生の部(育成会・自治会単位)

料金 3,000円/チーム

申込 6月5日(金)までに所定の申込用紙(自然運動公園総合体育館管理事務所にあり)を郵送で

☎ うえだバレーボール協会(小福田) 〒386-1324 五加697-5 ☎090-4840-1579(中川) (スポーツ推進課)

かけっこ教室を開催

日時 6月21日(日) 9:00~(2部制)

場所 上田城跡公園 陸上競技場 ※雨天時は上田城跡公園園体育館

対象 市内在住・在学の小学生 定員 100名(申込多数の場合は抽選)

参加者特典 アンダーアーマー ネックストラップ

その他 申込方法などの詳細は、市ホームページをご覧ください。

☎ スポーツ推進課 ☎23-5196



市ホームページ ID:99955

場所の記載がないイベントは、☎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、「ご納得でも」「定員なし」「無料」「申込不要」です。

市ホームページ内の各ページはID番号で検索できます。二次元コードの下に記載のID番号を検索窓に入力してご利用ください。



このマークは、健康づくりのチャレンジポイント対象事業です。

エコ・ハウス(上田クリーンセンター内)

☎23・5144(受付時間:月~金曜日 10:00~16:00)

不用品交換情報 ※3月25日時点の登録状況です。

不用品の紹介は1回につき1件まで。ゆずりたい方とゆずってほしい方双方の責任により利用していただきます(金銭の授受は一切なしとします。登録は3か月です)。

【ゆずります】

学習机/ランニングマシン/ゴルフセット(女性用)/五月人形(段飾り)/こたつ布団/足踏みマシン/温水ポリタンク(500ℓ)/炭/大正琴

【ゆずってください】

冷凍庫/冷蔵庫/洗濯機(7kg)/水彩画道具/ストーブ用薪/くわ・四ツ又/ぶら下がり健康器具/大人用紙おむつ(パンツタイプ)/尿取りパッド(S~M)



市ホームページ

ID:1727

子ども服(春・夏服)の無料譲渡会

【日時】月~金曜日 各日 10:00~12:00(祝日を除く)

【対象サイズ】70~160cm 【譲渡枚数】一人あたり3~4枚

【その他】●古着回収で集めた衣類のリユース品です。

- 利用できるのは市民の方のみです。

エコ・ハウスで古着回収中

【日時】月・水・金曜日 各日 12:30~15:30(祝日を除く)

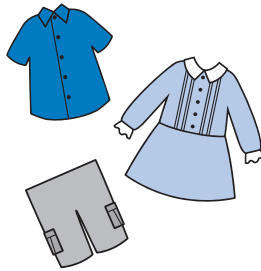
【場所】エコ・ハウス(上田クリーンセンター駐車場内)

【内容】まだ着られる状態の衣類を無料回収中。

回収した衣類は、古着やウエスとして再利用

【回収品目】古着(シャツ類、ズボン類、セーター、フリース、ジャンパー、コートなど)、ぬいぐるみ、毛布、バッグなど

【その他】衣類は洗濯後、畳んで小さなビニール袋に入れてください。なお、一部回収できないものがあります。



上田市公文書館

☎75・6682
(月曜日・祝日の翌日休館)

第23回所蔵資料企画展

【期間】6月7日(日)まで

【内容】

明治25年「丸子尋常小学校関係文書」、昭和17年「上田城保存会誕生記事」など~明治から昭和の公文書にみる上田市の歴史~

【料金】無料

(丸子郷土博物館の展示観覧100円)



市ホームページ

ID:127233

丸子図書館

☎42・2414(月曜日休館)

リサイクルブックフェア

【日時】6月27日(土) 9:00~12:00

【内容】図書館でなくなった本や雑誌を希望者に無料でお譲りします。

【持ち物】本を持ち帰るための袋

上田情報ライブラリー

☎29・0210(火曜日休館)

絵本講座(大人向け)

【日時】毎月第2日曜日(8月を除く)
(全6回)

各日 10:00~12:00

※初回6月14日(日)

【場所】上田駅前ビル バレオ2階 会議室

【内容】

1冊の絵本を2回にわたって取り上げ、グループで話し合いながら学びます。第1回目は、ユリ・シュルヴィッツ作、さくまゆみこ訳『おとうさんのちず』(あすなろ書房)

【定員】先着20名

【料金】3,000円(初回徴収)

【申込】

5月23日(土)以降、電話または窓口で

【主催】上田図書館倶楽部

花月文庫所蔵本朗読会

【日時】6月20日(土)

18:45~20:00(受付 18:15~)

【出演】青木裕子氏

【作品】小説『古契三娼』(上田図書館所蔵「花月文庫」より)ほか

【定員】先着70名

【申込】

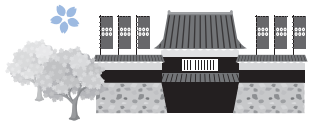
5月23日(土)以降、電話または窓口で



6月のおはなし会



場所 / 休館日	日時	読み手 / 内容
上田図書館 ☎22・0880 / 月曜日休館	6月13日(土) 10:30~10:50 / 未就園児 11:00~11:20 / 園児・児童	おはなしざしきわらしの会 / おはなし・わらべうた
創造館分室 (上田創造館3階) ☎27・1758 / 月曜日休館	6月27日(土) 10:30~10:50 / 未就園児 11:00~11:20 / 園児・児童	
上田情報ライブラリー ☎29・0210 / 火曜日休館	6月7日(日) 11:00~11:30 / 幼児~小学生	「表現を楽しむ会」 / 大型絵本や紙芝居などの 読み聞かせ
丸子図書館 ☎42・2414 / 月曜日休館	6月20日(土) 10:30~	花桃おはなしの会 / 絵本の読み聞かせ など
真田図書館 ☎72・8080 / 月曜日休館	6月20日(土) 10:30~	たまたて箱 / パネルシアター



信州国際音楽村

☎42-3436 (月曜日休館)

信州ルネッサンス2026

●野外フェスティバル

【日時】6月13日(土)

●10:00～

式典、パフォーマンスステージ(地元の学校および市民団体などのステージ)、親子アートワークショップ

●10:00～19:00頃

交流・楽市マルシェ(施設内特設会場での飲食・物産販売 など)

●19:30～

音楽村花火大会

【内容】開村39周年を記念した音楽祭恒例「市民が主役! 地域が主役!」の野外フェスティバルです。270度に広がるパノラマを舞台に、近隣地域で活躍するさまざまな文化団体やグループが登場します。



●コンサート

①スペシャルコンサート

#ブラスシンデレラ

【日時】6月13日(土) 19:00～

【場所】野外パノラマステージひびき (全席自由)

【出演】

●小山弦太郎(指揮)

●信州ルネッサンス2026

#ブラスシンデレラ(公募バンド)

●ゲスト:ラトゥール(サクソフォーン)

【曲目】アルセナール、宝島 ほか



②金子三勇士ピアノリサイタル

日本デビュー15周年に向けて

Generations ～世代から世代へ～

【日時】6月14日(日) 14:00～(開場 13:30)

【場所】ホールこだま(全席自由)

【出演】金子三勇士(ピアノ)

【曲目】ベートーヴェン:ピアノソナタ 悲愴

リスト:ラ・カンパネラ、

ピアノソナタ 口短調 ほか(予定)

【料金】前売り一般4,000円(当日4,500円)

小・中学生1,000円



③奥村晶ジャズライブ ～ Miles Davis 生誕100年に寄せて～

【日時】6月28日(日)

15:00～(開場 14:30)

【場所】ホールこだま

【出演】

奥村晶(TP)、守屋純子(P)、

佐久間優子(P)、中村健吾(B)、

高橋徹(DS)

(出演者が変更となる場合があります)

【曲目】

枯葉

マイ・ファニー・ヴァレンタイン ほか(予定)

【料金】前売り一般4,000円(当日4,500円)

小・中学生1,000円

※ワンドリンク付き



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

☎22-1274 ☎23-5503(水曜日休館)

令和8年度 第1回博物館講座

【日時】6月20日(土) 13:30～15:00 【場所】信濃国分寺資料館 講堂

【テーマ】昭和東南海地震と学徒勤労動員 【講師】両角文秋氏(信州大学人文学部非常勤講師)

【定員】先着20名 【料金】100円(資料代込み)

【申込】5月23日(土)以降、住所・氏名・電話番号を電話、FAXまたは窓口で

古文書講座

【日時】6月4日、7月2日、9月3日、10月1日、11月12日の木曜日

(全5回) 各日 13:30～15:00

【場所】信濃国分寺資料館 講堂 【内容】江戸の昔を読み解こう-古文書講座初級-

【講師】尾崎行也氏(上田社会教育大学学長)

【定員】先着20名 【料金】1,000円(資料代込み)

【申込】5月23日(土)以降、住所・氏名・電話番号を電話、FAXまたは窓口で

公開講座

「宝永期信濃国小県郡絵図-近世前期の小県郡を描いた新史料-」

【日時】6月27日(土) 14:00～15:00 【場所】信濃国分寺資料館 講堂

【講師】橋詰文彦(市立博物館指導主事)

【定員】50名



ホームページ

真田図書館

☎72-8080 (月曜日休館)

真田塾

【日時】①6月13日(土) ②7月4日(日)

両日 14:00～16:00

【演題】①四阿山と山家神社

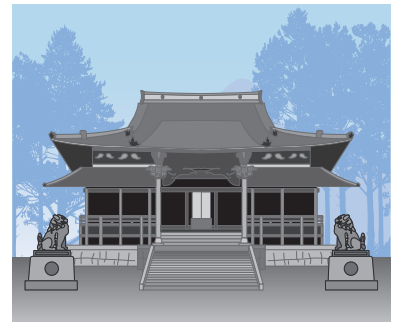
②真田一族と山家神社

【講師】押森慎氏(山家神社宮司)

【定員】先着40名(連続講座ですが、個々の受講も可能です)

【申込】

5月19日(火)以降、電話または窓口で



場所の記載がないイベントは、固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、「ごなかでも」「定員なし」「無料」「申込不要」です。

市ホームページ内の各ページはID番号で検索できます。二次元コードの下に記載のID番号を検索窓に入力してご利用ください。



i プラザうえだ(市民ICT推進センター)



☎71・7591 (木曜日休館) 誰もがICTを楽しく学べる施設です。ぜひお越しください。

Excel 中級講座 4日間

【日時】6月21日・28日、7月5日・12日の日曜日
各日 13:30~16:00
【内容】関数、表の修飾、ピボットテーブル、データの集計、マクロの作成など、一歩進んだExcelの使い方を学びます。
【対象】Excelの基本操作ができる方
【定員】16名(申込多数の場合は抽選)
【料金】6,810円(テキスト代込み)
【申込】6月7日(日)までにホームページ内の申込フォームで

Word 中級講座 3日間

【日時】6月19日・26日、7月3日の金曜日 各日 13:30~16:00
【内容】図形や写真の挿入、差し込み印刷、見出し、ヘッダーとフッター、Excelデータの利用など、一歩進んだ Word の使い方を学びます。
【対象】文字入力に慣れており、Wordの基本操作ができる方
【定員】16名(申込多数の場合は抽選)
【料金】5,810円(テキスト代込み)
【申込】6月7日(日)までにホームページ内の申込フォームで

チャットジーピーティー ChatGPT 入門講座

【日時】6月6日(出) 10:00~12:30、6月16日(火) 13:30~16:00
【内容】ChatGPTのメリット・デメリットを学び、日常で使えるようにします。
【対象】13歳以上の方 【定員】16名(申込多数の場合は抽選)
【料金】1,500円(テキスト代込み)
【申込】5月30日(土)までにホームページ内の申込フォームで

イラストレーター Illustrator 基礎講座 4日間

【日時】6月8日・15日・22日・29日の月曜日 各日 13:30~16:00
【内容】オブジェクトや選択ツールの扱い方、色の設定方法など基本的な操作を学び、名刺を作ります。
【対象】13歳以上でパソコン操作に慣れている方
【定員】16名(申込多数の場合は抽選)
【料金】6,810円(テキスト代込み)
【申込】5月25日(月)までにホームページ内の申込フォームで

●その他にも「電子ピアノを作ろう」を開催

施設の詳細やその他のイベント情報はホームページをご覧ください。



文芸 入選作品

短歌 小宮山 久子 選

二月の陽は薨を光らせ我を覚ます深呼吸して春をたぐり寄す
いつしかに廃車置場に春が来て車の下にタンポポが咲く
若き日に吾が描きたる自画像と向かい合い見ん 日暮れの早し
細心の注意を払い畔を焼く弥生なかばの風なき朝に
頭からガブリといくよ 鯛焼きの何か言いな口まず塞ぐ
「またおいで」見送る母はもういない時の止まった私の実家
〔選者評・一首目〕二月の、明るさの増してきた光に春を感じて動き出すようにしている作者。活動的な気持ちで嬉しう一首。結句は「引き寄せ」でも良いでしょう。

俳句 島田 洋子 選

古木なで梢見上ぐる桜守
春光や人は地球に瓦礫積む
凍土を踏みしむ影や招魂社
春風にタンゴをおどるクロッカス
一人居の宴ごころに雛と酌む
谷の息吹ふわりゆるりと雪雲へ
春一番帽子転がる上田橋
親の亡い子にも空ありシャボン玉
深々と蹄の跡よ春の土
〔選者評・一句目〕桜が無事に咲くよう見守り、世話をしている人が桜守です。古木などで具体的な動作を入れたことで、桜への愛情が伝わってきます。

川柳 斉藤 俊醉 選

荷を降ろし自由奔放八十路から
散歩して一石二鳥ゴミ拾う
寝付かれず目覚まし時計刻む音
豆撒きで無い子に分ける健気な児
我が儘をこなす母には技能賞
楽しんだ演技がメダル引き寄せる
今日も無事遺影ほほえむ酒二合
賽銭の額をはみ出る願いごと
春の風心地いいなと朝散歩
〔選者評・一句目〕長い間背負ってきた、いろいろな事柄から脱皮して八十路からは自由奔放、自分の思いのままに、残りの人生を過ごしたい。私七まつたたく同じ気持ちです。

6月16日(火)必着



投稿フォーム

8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ます。
- 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、☎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、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。

☎ 文化政策課 ☎75・2005 〒386-8601(住所不要)