

武石

No. 64

▼目次

- P1 表紙
- P2~4 武石の話題 PickUp／協力隊通信
- P5 武石公民館だより
- P6 台風被害／武石地域協議会活動日誌
診療所通信
- P7 お知らせ
- P8 たけし子育て親育ち日記 他



かわいい“おばけ”に変身！

10月30、31日は楽しみにしていたハロウィンの日。武石保育園の園児が手作り衣装を身にまとい、真っ暗なホールにいる魔女のところへお菓子をもらいに行きます。みんなでぎゅっと手をつないでホールの中にいる魔女の前まで進み、「トリック・オア・トリート！お菓子をくれないといたずらするぞ！！」と唱えます。魔女からお菓子をもらうと、元気な声で「ありがとう！」が言えました。

仮装した園児たちは、2日間かけてデイサービスセンターやすらぎやうつくしの湯など園周辺の施設を訪問。子どもたちは各施設の方からお菓子を、施設の皆さんは子どもたちから元気を受け取ることができました。



雨ニモマケズ! 健脚を競う 10月22日(日) 第28回ともしびの里駅伝大会

台風21号が襲来し雨の降る中、ともしびの里駅伝大会が開催されました。申し込みのあった102チーム中85チームが参加。選手の皆さんには25.1kmのコースを7人でつなぎ、雨にも負けず武石の里を力の限り駆け抜けました。ゲストにお迎えしたルートインホテルズ女子バレーボール部”ブリリアントアリーズ”は、スタートに参加したり、閉会式前のトークショーを行い、大会に華を添えてくれました。

《大会結果》

【優勝】びんざる男と愉快な仲間たち	1時間21分59秒
【準優勝】TEAM無酸素運動	1時間26分06秒
【第3位】松本自衛隊駅伝チーム	1時間26分25秒
【小学生】真田クラブ信幸	1時間41分48秒
【中学生】腰越JSC中学生選抜	1時間31分04秒
【レディース】きたながのRCレディース	1時間43分42秒
【マスターズ】きたながのRCマスターズ	1時間38分57秒
【練馬区長賞】JA信州うえだ競走部	1時間42分51秒

雨の中での開催でしたが、選手、スタッフともにけがもなく無事に開催できました。



毎年、入学式では交通安全祈願をしたキーホルダーをつける



地域の交通安全活動に貢献 9月21日(木) 交通栄誉章緑十字銅章表彰状伝達式

平成22年4月から交通指導員を務めている上原育茂さん(築地原)が交通安全栄誉章緑十字銅章を受賞され、上田警察署依田窪庁舎で伝達式が行われました。

「過去に死亡事故が発生している築地原地区で交通安全活動に取り組んでもらえないか」と説得され役を引き受けたという上原さん。地区内にのぼり旗を立て啓発に取り組んでいます。年4回の交通安全運動では街頭指導や飲酒運転防止パトロール、また小学校の交通安全教室での指導や毎月5・20日の通学児童の街頭指導、イベント時の交通整理など活動は年間70日以上のこと。こうした地道な活動により地域の安全が保たれています。



新たな伝統作りに「挑戦」 9月29・30日(金・土) 依田窪南部中学校紫苑祭

和田中学校と統合して初めての紫苑祭が開催されました。今年のテーマは「挑戦～築き上げる僕らの新しい時代」。依田窪南部中学校の伝統に和田中学校の良さを加えた新しい伝統作りに生徒224人が挑戦。2日間にわたって、各教科の作品展示や部活動・生徒会活動の展示発表、学年代表による意見文発表、クラスの団結力を発揮する体育祭や合唱コンクールなどが行われました。

初日には、武石、長門、和田小学校6年生が招待され、開祭式で児童・生徒全員で♪この地球のどこかで♪を合唱し、歌で交流を図りました。



楽しく 健康づくりに 取り組もう！

9月16日(土) ウォーキングフェスタ in 武石

ウォーキングフェスタ in 武石いろいろウォーキングが武石総合グラウンドで開催されました。市内から41名の参加があり、ウォーキング、ノルディックウォーキング、インターバル速歩を4人の指導者のもと体験しました。武石診療所の看護師による健康チェックも大好評でした。

天候に恵まれて景色を楽しみながらウォーキングができ、参加者同士の会話もはずみました。ノルディックウォーキング初体験の方は「ポールを持つと坂道も楽に歩けた」と喜んでいました。インターバル速歩では、専用歩数計をつけ自分の体力に合った速歩とゆっくり歩きを交互に行うウォーキングを体験しました。

3月23日(金) インターバル速歩体験講習会
(丸子総合体育館) ご参加ください。

健康づくりチャレンジ
ポイント対象事業
楽しく健康づくりに取り組み、
ポイントを獲得してね！



豊かな自然の中で楽しむ

9月9日(土) 森の遊び塾in巣栗

初秋の森の風を感じる武石観光センターで「森の遊び塾 in 巣栗」が開催され、親子10組32名が参加しました。

今回は、生クリームを使ったバター作りと竹筒を使った縄文パン作り、武石ともしび博物館の協力による火おこし体験、竹笛作りなど盛りだくさんの体験を楽しみました。最後に親子で焼きたてのパンにバターをつけて手作りのピザを美味しくいただきました。

森の遊び塾 in 武石は、信州ディスティネーションキャンペーンの一環のイベントとして開催。今回は初参加の方も多く、武石の魅力を十分楽しんでいただき「また遊びにくるね」と笑顔で次の参加を約束しました。



子どもたちに収穫の喜びを

10月5日(木) 武石小学校稲刈り交流

練馬区立大泉西小学校、谷原小学校両校から160人(過去最高人数)を迎えて、武石小学校5年生36名と総勢200人が稲刈り交流が行われました。3校の児童は協力し合って作業を行い、少しずつ打ち解け楽しい時間を過ごしました。

10月18日(水)
武石保育園さつまいも掘り

「おいも、おっきいね！」子どもたちは生活改善グループの方と一緒に、慎重に土を掘り一生懸命にさつまいもを掘り出します。顔を出した大物さつまいもをかかえて、とてもうれしそうな子どもたちでした。



200人が集い長寿を祝う

9月9日(土) 武石地域敬老会

長寿を祝い、豊かで実りあるこれからを築いていただこうと武石地域敬老会が開催されました。武石公民館コミュニティホールは、約200名の65歳以上の元気な皆さんでにぎわいました。

武石地域には99歳以上の方が6人、今年度88歳を迎える方が23人おり、当日敬老会に参加していた高田恵美子さん(鳥屋)が代表で市からの敬老祝品を受け取りました。

式典後の祝宴では、小山貢渕さんによる津軽三味線&民謡演奏を聞きながら、楽しく和やかな時間を過ごしていました。

●広報に写真が掲載された方には、写真データを差し上げます。希望者は、地域振興課 広報担当(TEL 85-2824)まで。



運動会でキラリ★輝く子どもたち

9月23日(土) 武石小学校運動会

&10月7日(土) 武石保育園運動会

家族の温かい声援を受けて、子どもたちは一生懸命に練習の成果を披露していました。力の限り頑張る姿に観客も胸が熱くなりました。



茶灯会
9/30(土)

今回の一字「滴」
一滴の水は川となり海に届き、動植物や人々に多くの力を与えてくれます。



ともしひ茶会
11/3(金)

ともしひ博物館で茶会

ともしひ博物館庭園の景色を眺めながらお茶を楽しむ茶会が開催されました。訪れた方は、茶灯会では優しい竹灯ろうの灯りと琴の音色を、ともしひ茶会では紅葉鮮やかな庭園とオカリナの演奏を楽しみながら、茶道教室やまぶきの会の皆さんがあふるまってくれる和菓子と抹茶を味わいました。

こんにちは。新聞記事で名前が載るときになぜ実年齢を入れるのか理由を聞きたい前田(39)です。武石の地域おこし協力隊に着任して10月でちょうど1年が経ちました。

さて、10月末に保育園や児童館の子どもたちとハロウィン用のかぼちゃランタンを作りました。児童館で作ったかぼちゃランタンは、口ウソクを入れてともしひ博物館で開催されたともしひ茶会で展示したので、ご覧になられた方もいらっしゃるかと思います。

私もかぼちゃに油性ペンで絵を描いてランタン風のものを作ったことはありました。が、かぼちゃをくり抜いて口ウソクを灯した経験がなかったので、参加した子どもや先生たちと一緒に、どんな顔やデザインにし

いたいランタン風のものを作ったことはありました。が、かぼちゃをくり抜いて口ウソクを灯した経験がなかったので、参加した子どもや先生たちと一緒に、どんな顔やデザインにし

ようかと悩みながら40個ほどのランタンを作りました。

ハロウィンで飾るかぼちゃランタンは、魔除けや厄除けとして玄関先に置くものだそうですが、みんなで作ったかぼちゃランタンはどれも個性的でかわいらしく、癒し系の魔除けが完成しました。口ウソクが灯るランタンを見つめることもたちの笑顔が印象的でした。



協力隊通信
No.10

記 地域おこし協力隊
前田 由紀

退 任
あいさつ



岩木 寛季

9月末日をもって地域おこし協力隊を退任しました。約2年と短い期間でしたが、武石地域の皆様には大変お世話になりました。

協力隊として武石に移り住まなければあり得なかった出会いや経験、そうした貴重なものをいただきました。また皆様との活動を通して、微力ながらも自分が人の役に立てるという実感は大きな喜びでした。

退任後は神奈川県に引っ越しますが、余裕ができた頃にこっそりと武石に遊びに行きたいと思っています。2年間本当にありがとうございました。

武石公民館だより

No.63

開 武石公民館
TEL 85-2030

公民館で3泊4日 通学合宿

武石で初

9月26日(火)～29日(金)



- ① 円陣を組んで絆を深める
- ② ボランティアの大学生とも
すぐに打ち解けた子どもたち
- ③ 食事作りは子どもたちも手伝い、
全員そろって楽しく食べた
- ④ みんなで集まって宿題。



これは、スマートフォンや携帯ゲー
ム機などが普及し、自然と触れ合つた
り他者と関わりを持つ機会が減つて
いる子どもたちが、地域の大人や学年
の異なる仲間と協力して生活するこ
とで、人との関係づくりを学ぶことを
目的に実施されたものです。

この通学合宿は、地域住民有志によ
る実行委員会が企画・立案したもの
で、子どもたちは長野大学の学生や地
域のボランティアの皆さんなどの手を
借りながら、食事づくりや宿題、うつ
くしの湯や雲深荘での入浴、レクリ
エーションなど普段と違う生活を楽し
みました。

参加した子どもたちは日々と
に輝きを増し、きっと忘れられない思
い出になつたことでしょう。そして、
この体験を通じていろいろな人とつな
がりを持ちながら、これから大いに視
野を広げていってくださいね。

報告 スポーツ教室大活躍!

少年野球 依田窪南部JBC優勝!



5～8月にかけて熱戦が繰り広
げられた丸子少年野球リーグ(9
チーム参加)で依田窪南部JBC
(武石・長和)が優勝し、9月2日に
表彰式・閉幕式が行われました。

ジュニアソフトテニス活躍!

9月2日(土)、東信地区小学生ソフトテニス大会が丸子テニスコートで行
われ、優秀な成績を収めました。

- 3・4年生女子の部
- 優 勝 丸山裕加・舟木香乃ペア
- 3 位 伏見日陽・小山愛美ペア
- 5・6年生女子の部
- 優 勝 宮下奈華・近藤美織ペア
- 準優勝 児島和希・斎藤舞衣ペア



祝5周年!合気道武石道場

道場創立5周年を記念し、10月1日(日)
に合気道武石道場5周年記念演武会が
依田窪南部中学校武道場で開催されま
した。道場に通う小中学生や一般の皆
さんが日ごろの稽古の成果を発揮し、
迫力ある演武を披露しました。



第46回ともしびの里文化祭が武石公民館

で開催されました。今年多くの団体の皆
さんが制作した絵画や書道、写真、木彫、山
野草などさまざまな力作や、保育園児の工
作、小中学生の絵画や習字、児童館やデイ
サービスの皆さんのが心を込めて作った作品
が展示され、多くの人が鑑賞に訪れました。
また、J.A.フェスティバルや武石おさんぽ
ギャラリーも開催され、家族連れなどで
ぎわいました。

10月28・29日(土・日)

ともしびの里文化祭

武石地域 協議会活動日誌

No.64

問 地域振興課 Tel 85-2824

第5回 10月18日

〈報告事項〉

- ▶上田市社会就労センター武石事業所の民間への経営移譲の方針と移譲事業者の選定について報告がありました。武石事業所は障がい者の就労施設に特化して、平成30年4月から民間事業者(社会福祉法人)が運営します。
- ▶武石診療所の外来患者の内訳や推移、経営状況や基金の状況について報告がありました。外来患者数(平成28年度8,276人、前年比302人減少)や基金の取り崩し状況、また診療所の今後の在り方について説明がありました。
- ▶指定管理施設(うつくしの湯、岳の湯温泉雲渓荘、巣栗渓谷緑の広場、番所ヶ原スキー場、森林公園マレットゴルフ場)の平成28年度の事業実績について、各施設担当課から報告がありました。

●地域協議会は、どなたでも傍聴できます。お気軽にお出掛けください。

【問】地域振興課 Tel 85-2824



超大型で非常に強い勢力の台風21号。21日夜から降り始めた雨は、23日朝まで降りました。3日間で降った総雨量は154ミリ、最大時間雨量は12・5ミリ(23日午前3時)。武石地域でも雨による土砂の流出や河川の堤防の決壊などの被害が発生しました。また、23日未明には強い風が吹き、倒木や農業用施設への被害も多数発生しました。

- ①強風による倒木(市道上武石沖線)のため通行止めに。25日午後4時に通行規制が解除された。
- ②強風による農業用施設の倒壊
- ③増水した武石川(武石新橋(下本入)から。22日午前9時の様子)
- ④増水した権兵工川(22日午前6時30分の様子)
- ⑤道路への土砂流出(市道小寺尾線)のため通行止めに。23日午後5時に通行規制が解除された。

◆インフルエンザ予防接種受付中◆

平 日(午前8時30分~11時30分)
火・木曜日(午後4時30分~5時)
事前に電話で

予約してください。

【問】武石診療所
Tel 85-3308



◆診療所での本の貸し出し!?



武石診療所では、待合室に図書コーナーを用意しています。本の貸し出しましもしていますので、お気軽にお声掛けください。図書コーナーだけの利用も歓迎です。

診療所は病気やけがの人の診察を行うだけの場所ではありません。地域の人人が気軽に訪ね、話をしたり相談をしたりする場としてもぜひご利用ください。

- Q1: インフルエンザの症状は?**
A1.. 高い熱とだるさ・関節痛で発症し、頭やのどの痛み・咳などが出ることもあります。ほとんどの場合は自然に治りますが、まれに肺炎などの合併症をおこし重症になることもあります。
- Q2: インフルエンザと風邪のちがいは?**
A2.. どちらもウイルスによる感染症で似たような症状を起こしますが、インフルエンザの方が重い症状になりやすく、感染力が強く流行しやすいことが特徴です。
- Q3: インフルエンザの予防は?**
A3.. 予防接種により発症を減らします。発症しても症状が軽くすむ場合が多くなります。

- Q4: インフルエンザの診断は?**
A4.. 流行期にA1のような症状があれば、身体診察だけで診断できます。流行期でない時や典型的な症状でなく診断に迷う場合には、鼻水の検査をすることもあります。
- Q5: インフルエンザの治療は?**
A5.. もともと元気な人はほとんど自然に治ります。温かくして水分をとりしっかり休むようにします。また、熱でつらい場合に解熱剤を使うなど症状に合わせた治療を。おこなうことや、肺の病気がある人などには重症化を防ぐためにウイルスの増殖を抑える薬を使うこともあります。

記 武石診療所長 廣瀬 聰

台風21号による被害

武石診療所通信

◆インフルエンザQ&A◆



募集

普通救命講習会

● 日 時 12月9日(土)
午前9時～12時

● 場 所 依田窪南部消防署会議室
心肺蘇生法（胸骨圧迫・人工呼吸）、AEDの使い方、止血法、異物除去法

● 参加料 無料

● 【申込・問】
依田窪南部消防署 救急係
TEL 68-01119

みんなで楽しく介護予防

● 開催日 12月5日(火)
12月15日(金)、1月19日(金)

● 参加費 無料（昼食代実費）
● 時 間 午前10時30分～午後2時

● 場 所 武石公民館
● 対 象 おおむね60歳以上の方
● その他 希望者は送迎します。

● 【申込・問】
上田市社会福祉協議会

武石地区センター
TEL 85-24666

・武石地域包括支援センター
TEL 41-4055

・高齢者介護課武石地域担当
(武石健康センター)
TEL 85-2119

2017.11-2018.1

お知らせ

人権・悩みごと・行政相談

● 相談をお聞きします。
人権擁護委員、行政相談委員が
相談をお聞きします。

● 日 時 12月4日(月)
午前9時～午後12時

● 場 所 武石地域自治センター
2階 第1会議室

● 【問】市民サービス課
TEL 85-2827

中学校へお越しください

依田窪南部中学校では、授業等
を公開しています。生徒たちの様
子を見にお越しください。

● 【問】依田窪南部中学校
TEL 85-2332

イベント

野沢菜収穫即売会

● 開催日 12月25日(日)
午前9時～
(なくなり次第終了、少雨決行)

野沢菜の即売を行います。先着
で豚汁のふるまいもあります。

忘新年会プラン

武石温泉うつぐしの湯

TEL 85-3900

● 内 容 忘新年会シーズンに向
け各種コースをご用意して
います。Aコース2,300円、Bコース
2,800円、Cコース3,300円
(飲み放題120分1,500円・料
金別途)

● 内 容 5名以上利用で無料送迎します。
(上田市内に限る)

忘新年会プラン

武石温泉うつぐしの湯

TEL 85-3900

● 内 容 忘新年会シーズンに向
け各種コースをご用意して
います。Aコース2,300円、Bコース
2,800円、Cコース3,300円
(飲み放題120分1,500円・料
金別途)

スキーパックプラン

武石番所ヶ原スキー場

TEL 86-2213

● 内 容 安全祈願祭開催、当日
オーブン前 TEL 42-1003

スキー場オープン

● 日 時 12月23日(土)予定

※両プランとも、12月31日～1月3
日は除く。

ボランティア活動に感謝



10月12日 武石建設業協会

(9社)の皆さんのが駅伝コース沿
いと通学路の草刈り、道路清掃
を実施してくださいました。

コース沿道、通学路となる歩道
はきれいになり、安全に歩行で
きるようになりました。

紙面をもちまして厚く御礼
申し上げます。

年末年始休業のお知らせ

● 開催日 12月23日(土)
内容 ゆず湯、しめ縄作り講習
会、bingoゲームなど

● 開催日 1月1日(月)、2日(火)
内容 入館者に干支(戌)の
ティッシュボックスをプレゼント

● 開催日 1月16・17日
内容 ベルデ新そばまつり
ロビーコンサート

● 予約 5,650円
対象 在勤の方
内容 利用日の1か月前から
電話で予約

● 予約 12月15日㈮まで休館
対象 施設改修工事のため、10月29
日～12月15日㈮まで休館

● 予約 12月16・17日
対象 ベルデ新そばまつり
内容 星券観察&

● 予約 12月23日
対象 ロビーコンサート

● 予約 12月23日
対象 5,650円
内容 利用日の1か月前から
電話で予約

● 予約 12月23日
対象 施設改修工事のため、10月29
日～12月15日㈮まで休館

● 予約 12月23日
対象 星券観察&

	12/29(金)	12/30(土)	12/31(日) ～1/3(水)	1/4(木)	1/5(金)
武石診療所 TEL 85-3308		休 診		通常診療	
武石スマイル号 TEL 41-4555 (武石スマイル号 受付センター)	通常運行	運 休		通常運行	
ごみの収集 TEL 85-2827 (市民サービス課)	燃えるごみ		休 み		燃えるごみ

休業中は御迷惑をおかけしますが、御理解と御協力をお願いします。

ベルデ武石(新館)

TEL 86-2525

● 期間 平成30年3月31日まで
対象 上田市に在住・在学・
在勤の方
内容 利用日の1か月前から
電話で予約

● 期間 5,650円
対象 在勤の方
内容 利用日の1か月前から
電話で予約

● 期間 12月23日
対象 ロビーコンサート

● 期間 12月23日
対象 5,650円
内容 利用日の1か月前から
電話で予約

● 期間 12月23日
対象 星券観察&

● 期間 12月23日
対象 ロビーコンサート

● 期間 12月23日
対象 5,650円
内容 利用日の1か月前から
電話で予約

● 期間 12月23日
対象 星券観察&

● 期間 12月23日
対象 ロビーコンサート

● 期間 12月23日
対象 5,650円
内容 利用日の1か月前から
電話で予約

● 期間 12月23日
対象 星券観察&

● 期間 12月23日
対象 ロビーコンサート

● 期間 12月23日
対象 5,650円
内容 利用日の1か月前から
電話で予約

● 期間 12月23日
対象 星券観察&

● 期間 12月23日
対象 ロビーコンサート

● 期間 12月23日
対象 5,650円
内容 利用日の1か月前から
電話で予約

● 期間 12月23日
対象 星券観察&

● 期間 12月23日
対象 ロビーコンサート

● 期間 12月23日
対象 5,650円
内容 利用日の1か月前から
電話で予約

● 期間 12月23日
対象 星券観察&

● 期間 12月23日
対象 ロビーコンサート

● 期間 12月23日
対象 5,650円
内容 利用日の1か月前から
電話で予約

● 期間 12月23日
対象 星券観察&

たけし子育て親育ち日記

25

柿島さんが子育てについての思いを語ってくれました。

柿島 洋一さん／宣江さん（市之瀬）
 風輝くん（小学1年生）
 雪ちゃん（年中・4才7ヶ月）



★子育てって難しい…

子どもと散歩に行って遊んだり、絵本を読んだり…と思っていた育児ができず、いつもイライラしていました。気付けば、必死になって言うことを聞かせていたかも。でも、子どもの保育園通園に向けて「子どもに友だちができるように」「自分も知り合いができるように」と児童館を利用するようになって、いろいろなママたちに出会いました。そこで育児の不安や体調不良のこと、園行事のことを話すことができ、また武石地域外から嫁いで頑張っているママがいることを知って、応援したい、自分も頑張りたいと思いました。

★「お母さんはいつもニコニコ」というけれど…

わかっていても難しい。子どもの行動は「なんでこうなの？」と思うことばかりです。

でも、ある日食事中に娘が面白いことを言って母子3人で笑ったんです。そのとき、なんだかスッキリしました。毎日何かに必死で子どもと思いきり笑うことなんてできていなかったので、私もうれしかったし、子どもたちもうれしそうでした。

★お父さんの関わり

農家で土日も休みではないため、家にはいつもいません。子どもが小さいうちはできれば家にいてほしいと思いますが、武石の未来の農業のためにと、昼は農業、夜は会議と忙しく働いています。忙しい中ですが、毎週末温泉に連れて行ってくれ、子どもたちにとってお父さんとの大切な時間になっています。

★子どもに興味を持たせたい！！その思いが親子の楽しみに発展！

子どもたちには、興味を持つて何かを見つけてほしいと思っていました。たまたま家族で出かけた恐竜展をきっかけに恐竜に興味を持ち、その年から毎年、恐竜化石発掘体験に出かけています。いつか大物を発掘するのを夢見て、親子で楽しんでいます。もうひとつ、小学校で行われた天体観測がきっかけで天体望遠鏡を買いました。今は惑星探しにはまっています。

親子で楽しめる趣味ができ、それを楽しみに日々頑張っています。



金管バンド、東海大会銀賞!!

武石小学校金管バンドが、10月15日(日)愛知県名古屋市の日本ガイシホールで行われた東海小学校バンドフェスティバルに出場しました。長野、静岡、愛知、三重の4県で優秀な成績を収めた小学校25校が集まり、日頃の練習の成果を発揮していました。

武石小学校は「線路は続くよどこまでも」を演奏。大きな大会で緊張する中、素晴らしい集中力で見事銀賞に輝きました。

いざ!という時の子どもたちの力に無限の可能性を感じた演奏でした。

▼武石のひとの動き▼ (平成29年11月1日現在)

人口	3,502人	世帯数	1,429戸
男	1,719人	女	1,783人

未就園児のあそびの広場

♪あそびの教室【問】武石健康センター TEL 85-2067

開催日	内 容	持 物
12月21日(木)	クリスマス会	水筒、着替え
1月11日(木)	お正月あそび	皿、フォーク、水筒

★時間…10:00～11:30 ★場所…武石児童館

♪わくわく広場【問】武石児童館 TEL 85-2826

開 催 日	内 容	持 物
11月24日(金)	みんなで音楽会	水筒
12月19日(火)	クッキー作り	参加費100円、水筒、フォーク等
1月30日(火)	鬼のお面作り	水筒

★児童館開館時間…9:30～12:30 ★場所…武石児童館子育て支援室

♪園開放

【問】武石保育園 TEL 85-2113

開 催 日	内 容	持 物
12月7日(木)	楽器あそび	上履き、水筒など

★時間…10:00～11:00 ※1～3月の間、保育園開放はありません。

※日時、遊びの内容は変わることがあります。



環境をよくするための市民の行動指針（上田市環境基本計画から）
 こたつを使うときは、上掛けや敷布団を使いましょう。