

武石



「おおせぎ」は武石の宝

武石総合グラウンド周辺や武石小学校校内を流れ、地域に潤いと安らぎを与えている「大堰」が、信州の農業遺産として長野県が作成したガイドマップに紹介されました。武石小学校の児童にとっても憩いの場になっています。

～「信州の農業遺産魅力ガイド」抜粋～

標高2000mの美ヶ原高原を源とする武石川は、水温が低く、かんがい用水として利用するには冷害を招くおそれがあったため、水路幅を広くとり水深を浅くして、太陽熱で水を温めるようにしています。築造は鎌倉時代と推考されます。

▼目次

- P1 表紙
- P2 武石地域総合センター建設に向けスタート
- P3 エリアトークで地域の活性化を
- P4～5 武石の話題 PickUp
- P6 協力隊通信／診療所通信
- P7 公民館だより／地域協議会活動日誌
- P8～9 お知らせ
- P10 たけし子育て親育ち日記 他

武石地域総合センター 建設に向けスタート!

住民が集う、出会いと協働の場を目指して



武石地域自治センターは、武石村役場として昭和36年に建設されてから56年が経過し、建物全体や電気設備等の老朽化、社会情勢の変化に伴う様々な機能の不備も課題となっています。また、平成21年度に実施した耐震診断では、大規模な地震に耐える十分な強度がないことが判明しています。

こうした状況を踏まえ、将来の人口減少を見据えつつ、これからの時代にふさわしい地域の拠点施設を準備し、住民サービスと行政効率の向上を図るため、上田市公共施設マネジメント基本方針等に則り、武石地域自治センターと新耐震基準を満たしていない可能性のある周辺の公共施設を集約した新しい施設「武石地域総合センター」の建設に向けて検討することとしました。

庁内での検討に併せて外部有識者や市民による「上田市武石地域総合センター整備検討委員会」を設置し、基本構想と基本計画について協議・検討を進めています。

武石地域総合センター建設 基本構想(案) 住民説明会を行います

武石地域総合センター建設の基本的な考え方をまとめた「基本構想(案)」についての説明会を次のとおり開催します。ぜひご参加いただき、新しい施設が希望にあふれる武石地域のシンボルになるよう、皆様のご意見をお聞かせください。

日 時	場 所
8月18日(金) 午後7時～	上本入生活改善センター
8月19日(土) 午後3時～ 午後7時～	武石公民館 コミュニティホール

【問】地域振興課 TEL 85-2824



委員会で基本構想(案)を検討しています

第1回委員会が6月8日、武石地域自治センターで開催されました。会長には池内俊郎委員、副会長には北澤良子委員が選出されました。事務局から現在の武石地域の公共施設等の概要や耐震性、各施設の状況について説明がありました。武石地域総合センター(以下、総合センター)というに集約する施設や建設の位置について協議が行われました。

第2回委員会は6月27日に開催されました。集約する各施設機能の現状と課題、総合センター建設の基本方針(案)、総合センターの機能や規模、駐車場の配置についての説明を受け、よりよい施設となるよう活発な協議が行われました。

●委員会の開催日時や会議概要は、市ホームページで公開されています。また、委員会はどなたでも傍聴できます。(定員5名)

新情報伝達システム

『エリアトーク』加入で 地域の活性化を



今は使われていないオフトーク放送設備。平成5年から22年間にわたり毎日朝・昼・夜に放送を流してきました。



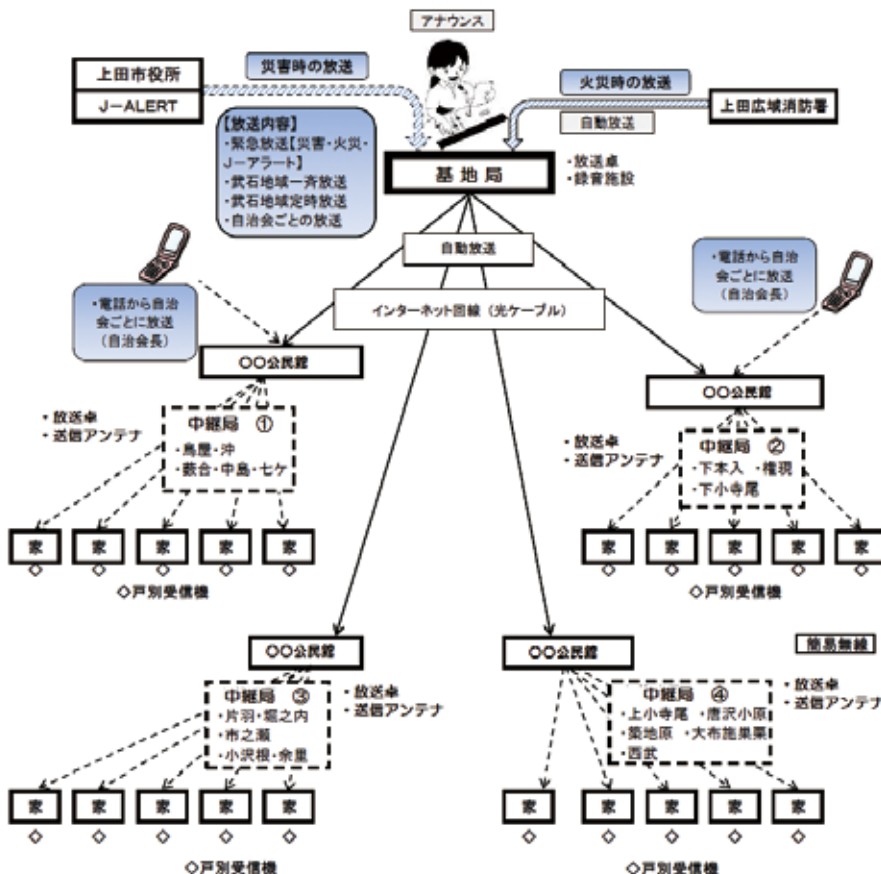
5月8日から26日にかけて各自治会公民館や武石公民館でエリアトークの住民説明会を行いました。

私たち武石の住民はつい2年ほど前まで、行政からのお知らせや地域の情報が自ずと耳に入ってくる環境で生活していました。有線放送の開始が昭和32年ですから、明治22年に近代行政組織の武石村が発足から、約半分の58年間になります。私達はそれをごく自然なこととして過ごしてきましたが、地域社会の発展、とりわけ住民の一体感の形成には大きな役割を果たしてきました。

少子高齢化と急激な人口減少の中、私達は今まで以上に、人が、地域が、一体感を持って協働していかなければなりません。活き活きた地域を維持するため、新しい情報伝達通信システムに全世帯が加入していただくことを希望します。

住みよい武石をつくる会 会長 児玉卓文

『エリアトーク』のしくみ



◆エリアトークってなに?

無線を使った新しい情報伝達システムで、地域の情報をみんなで共有することにより、地域コミュニティの活性化を目的とします。

◆どんな放送が流れるの?

普段は、地域の行事や行政からのお知らせなどの定時放送、自治会ごとの戸別放送ですが、万が一の災害や防災、Jアラート(全国瞬時警報システム)といった緊急情報は、自動的に最大音量で情報が流れます。

◆加入した場合の費用は?

今回の募集で加入される場合は、加入金は不要ですが、維持管理経費として年額4,000円程度(加入率が70%の場合)の負担金が必要となります。なお、戸別受信機は貸与となりますので、機器の購入費はかかりません。

※維持管理経費は、保守点検、光ネット、設備保険、アナウンス委託、機器更新積立等に充てられます。



消防技術・吹奏技術を競う

6月25日(日) 上田市ポンプ操法・ラッパ吹奏大会

消防技術・吹奏技術を競う上田市ポンプ操法・ラッパ吹奏大会が上堀グラウンドで開催されました。第八方面隊からは小型ポンプ操法に4チーム、ラッパ吹奏団体の部に2チーム、個人の部に4名が出場。5月から練習を重ねてきた選手たちは、サポートしてきた団員や家族らに見守られながら、練習の成果を披露しました。

大会結果 (入賞チーム、入賞者)

- ◆ 小型ポンプの部(31チーム出場)
第8位 武石西部分団A
- ◆ ラッパ・団体の部(29チーム出場)
第4位 武石西部分団
- ◆ ラッパ・個人の部(58名出場)
第8位 松崎 克也団員(東部)



地域で「減災」を目指す

6月21日(水) 自主防災組織リーダー研修会

地域住民と共に防災と減災を意識した取り組みを進めるための自主防災組織リーダー研修会が開催され、正副自治会長、民生児童委員、女性消防隊、消防団、自主防災組織班長など約80名が参加しました。市から自主防災組織の必要性や役割について、また依田窪南部消防署から火災予防についての研修を受けた後、自助(自分の身は自分で守る)・共助(地域の力で命を守る)をテーマにしたDVD「地域で減災!」を視聴しました。災害に対する備えや地域の皆さんとのコミュニケーションの大切さを再確認する有意義な研修になりました。



6月2日(金) 園児と高齢者クラブの交流

高齢者クラブの皆さん5名が武石保育園を訪れ、月組園児(年長)と一緒に交流を深めました。子どもたちは元気な声で歓迎の歌を歌い、全員で一緒に体操をした後、グループに分かれてゲームをしました。大きな布の中央にコップがついていて、ピンポン玉を転がしてコップに入れるゲームです。思いどおりには動かないピンポン玉に悪戦苦闘しながら、グループ全員の気持ちを合わせて取り組んでいました。最後に園児手作りのアジサイの首飾りをもらったおじいちゃん、おばあちゃんは、とてもうれしそうでした。



菖蒲を眺めて青空給食

6月20日(火) 依田窪南部中学校お花見給食

依田窪南部中学校の花菖蒲園で、恒例の「お花見給食」が行われました。今年も花は少なめでしたが、生徒たちは青空の下で初夏の風を感じながら、クラスごとに花菖蒲園を囲んでの給食を楽しみました。

依田窪南部中学校で代々受け継がれてきた花菖蒲園は、学校園委員会が中心になって管理し、大切に育てられています。近年、花数が減ってきたため、株の植え替えなども行っています。

今年は6月19日から28日まで花菖蒲旬間が実施されました。



おいしいおいもになあれ!

6月7日(水) 武石保育園さつまいもの苗植え

武石保育園の園児が特別養護老人ホーム東側の畑でさつまいもの苗植えを行いました。生活改善グループの皆さんが先生になり、苗の植え方を教えてもらいました。園児は一人ずつ苗をもらい、一生懸命に掘った穴にさつまいもの苗を植え、やさしく土をかけました。そして、苗のまわりにワラの布団をかけてから、「おおきなおいもになりますように」「おいしいおいもになりますように」とみんなで水をくれました。

収穫するまでの間、園児たちが水くれを行います。収穫の秋が楽しみです。

市民の手で武石を美しく



5月20日(土)

美ヶ原高原自然再生事業

ボランティアや市職員約100名が参加し、春の笹刈りが行われました。今回は、物見石レンゲツツジ群生地の笹を手鎌や草刈り機で刈り取りしました。6月中旬から白樺平、焼山、物見石の順に

ツツジが美しい緋色に色づき始め、7月上旬まで楽しむことができました。

ツーリングやドライブ愛好家の雑誌で実施した「絶景道ランキング2017」で、「ピーナスライン」が日本一になりました!

白樺平レンゲツツジ→



5月28日(日) 武石地域一斉清掃

6月の環境月間及びごみゼロの日(5月30日)にあわせて、武石地域内の一斉清掃が行われました。午前6時から1時間程度、自治会ごとに道路敷きに捨てられている空き缶、空きびん、ペットボトル等のごみを拾いました。755人の地域住民の皆さんのご協力のもと、可燃・不燃ごみ約351kg、空き缶597個、空きびん109個、ペットボトル220個を回収しました。



地元の野菜を子どもたちに

6月28日(水) 武石小学校交流給食

武石小学校で小中学校保育園野菜供給組合「せんぜい畑の会」の皆さんとの交流給食が行われました。せんぜい畑の会では、「子どもたちに安全・安心・おいしい地元の野菜やお米を食べてもらいたい」と小中学校や保育園へ武石で採れた農産物を届けています。

この日の給食には、武石育ちのお米、もち米、大豆、アスパラガス、きゅうり、しめじ、えのきだけが使われていました。せんぜい畑の会員の皆さんは各クラスのテーブルに交じり、子どもたちと交流を深めながら、地元の野菜がふんだんに使われた給食を味わっていました。

協力隊通信 No.8

こんにちは。ある日森の中クマに出会い
そうになったり、鳥羽山洞窟を見に行つて
川に落ちたりと、武石の初夏を堪能してい
る前田です。

武石だけに限らず、いろんなところで
「地域おこし協力隊って何？」と聞かれま
す。とても簡単に説明すると、総務省が
作った「地域創生を目的とする首都圏から
地方への人材移動（移住）」という制度」で
すが、私は「特殊技能やスキルを持った個
人事業主のような嘱託職員」と説明してい
ます。実際どんな仕事をしているのかと言
うと、私の場合はインターネットツールを
使った、観光を中心とした武石地域の紹
介・情報の拡散や、鹿教湯や依田窪等の近
隣地域と一緒に各種イベントの企画など
を行っています。



googleMAPで武石の名勝や観光地が見られる

記 地域おこし協力隊 前田 由紀



ツイッターで武石の情報を発信中

今年4月から始めている twitter もその
内のひとつ。他にも googleMAP へ武石の
名勝や観光地等の登録・写真の追加
@eodoox に登録されているチェックポイ
ントの「武石村」（武石地域に名称変更が
できません）での記事掲載などなど。また
鹿教湯温泉で10月に使用するハロウィン
カボチャの栽培も始めました。
もちろん武石でもみんなと一緒にカボ
チャランタンを作りたいと思っているの
で、秋には鈴なりの栗カボチャやおぼけ
カボチャで畑がいっぱいになっていること
を期待しています。が、何せ初めての畑作
業。これまでベランダでやっていたプラン
ター栽培とは大違い。うまく育つか不安で
いっぱいです。農園で頭を抱えている作業
服姿の女子がいたらほぼ間違いなく前田
です。初心者でもできるカボチャ栽培のコ
ツ、お待ちしています。

ツイッターで「武石の今」を発信中。いろんな情報募集しています！▼信州武石 地域おこし協力隊 → @takeshi_local1

武石診療所通信

夏バテと熱中症

暑い日が続き、体調を崩しやすい季
節になりました。この時期になりやす
いの「夏バテ」と「熱中症」です。

「夏バテ」は暑さで体調を崩し、特に
胃腸の働きが衰えて食欲がなくなるこ
とです。暑さを避けるあまり冷房にあ
たりすぎたり、冷たいものをとりすぎ
たりすることでも悪化することがよく
あります。冷房の効いているところに
行く場合には、羽織るものやひざ掛け
を持つていたりすると良いでしょう。
また、アイスクリームを食べてしまつた
り、キュウリなどの夏野菜を食べすぎ
てしまつたりするとおなか冷えてし
まい、消化が悪くなることがあるので
気をつけてください。温かいお茶を飲
むことも時には必要なのです。

「熱中症」は暑さの中で体温調節がう
まくできないとおこります。特に高温
多湿の中に出かけるとき、室内でも閉

◆予防接種受けられます◆

診療所では、お子さんの各種
予防接種及び高齢者の肺炎球菌
ワクチンの接種も予約で行いま
す。電話でご相談ください。

【問】武石診療所

Tel 85-3308

め切った中で冷房がない場合におこり
やすいので注意が必要です。そのよう
な中で激しい運動をしたり、長時間の
作業をしたり、水分補給が足りないと
熱中症になりやすくなります。そのよ
うな環境に身を置かないことが大切で
すが、やむを得ない場合には、①体調
管理に気をつけ、寝不足を避けて食事
をいつもどおりに食べること②できる
だけ直射日光を避けて涼しい服装をす
ること③スポーツドリンクなどでこま
めに水分と塩分をとるようにすること
が大切です。特に小さな子どもやお年
寄り、糖尿病などの持病がある人は気
をつけましょう。

もしも熱中症を疑うような場合には、
涼しいところに移って、水分を取るよ
うにします。意識がもうろうとしてい
たり、水分を飲めないような場合には
医療機関を受診してください。
上手に工夫をして暑い夏を乗り切つ
てください。

記 武石診療所長 廣瀬 聡



ともしびと自然の恵み

～武石川流域の魚類と釣り～
2017.6.23(金)～10.1(日)



武石周辺の魚と魚取りをテーマに魚や道具の展示、ワークショップなどいろいろなイベントを行います。期間中、博物館でルアーと毛ばりを投げる体験ができます。

皆様の参加、ご協力をお願いします。

◆お待ちしております◆

◆武石周辺で取れた小魚を

飼っています

ドジョウ、フナ、メダカ、ハヤなどを捕まえたらお持ちください。

◆釣り情報を提供してください

20cm以上の魚を釣ったら、博物館の大型釣りマップに書き込んで公開します。

◆魚や魚取りの道具や写真を

貸してください

昔のものや今も使っているもの、なんでもけっこうです。企画展終了後は、責任を持ってお返しします。

◆ワークショップを開催します

- ・挑戦！縄文時代の釣り
7月29日(土) 午後1時30分から
- ・初歩の毛針づくりと釣り
8月5日(土) 午後1時30分から
- ・蚕を解剖してテグスをつくる
- ・源流探検 小沢根川をさかのぼる
【期日未定】

申込みと参加費1,000円が必要です

※市内の児童、親子は入館無料です。

【問】ともしび博物館 Tel 85-2474

武石公民館だより

No.61

間 武石公民館
Tel 85-2030

スポーツを通じて交流を ともしびの里ソフトバレー フェスティバル

5月21日(日)

第22回ともしびの里ソフトバレーフェスティバルが武石体育館で開催され、県内から16チーム110名が参加しました。当日は真夏日でしたが、暑さに負けないほどの熱戦が繰り広げられました。

大会結果

●フリーの部

優勝 サクラメント(須坂市)

準優勝 凱(小諸市)

第三位 なかと(長和町)

●T180の部(年齢合計180才以上)

優勝 四天王(松本市)

準優勝 赤らいでん(東御市)

第三位 松代クラブ(長野市)

分館親善 マレットゴルフ大会

6月11日(日)

武石森林公園マレットゴルフ場で第23回分館親善マレットゴルフ大会が開催されました。天候にも恵まれ、31チーム124名が出場し、日ごろの練習成果を発揮して分館相互の親睦を深めながらプレーしていました。

大会結果

●団体の部

優勝 余里B

準優勝 ケーA

第三位 余里C

●個人の部(男子)

優勝 内川 豊

準優勝 鬼頭 寿

第三位 桜井 敬次

●個人の部(女子)

優勝 伊藤 好己

準優勝 栗原 文江

第三位 樋沢 光子



横尾神社を見学

6月18日(日)

真田の郷ウォーキングが武石地域に住まいの方限定で開催されました。家族連れやご夫婦、友達同士で参加いただき、信綱寺や横尾神社、千古の滝などを巡りました。真田家の歴史を感じながら、4・2kmのウォーキングを楽しみました。

武石地域協議会 活動日誌

No.62

間 地域振興課 Tel 85-2824

【平成29年度】

第2回

6月28日

〈報告事項〉

「住みよい武石をつくる会」の4月から6月の活動状況について次の報告がありました。

・運営委員会 2回

・専門部会(ふれあい交流部会、自然・生活環境部会、産業・経済部会、健康・福祉・体育部会、子育て・教育文化部会、広報部会の6部会) 各部会2回

・広報部会では、7月に「住みよい武石をつくる会」の広報紙発行を予定しています。また、ホームページ開設に向けて準備も進めています。

武石地域総合センター整備事業について、6月に上田市武石地域総合センター整備検討委員会が設置され、現在基本構想について協議を進めていることや委員会の運営について報告がありました。

武石地域新情報伝達システム整備事業について、5月に開催した住民説明会の出席状況や出された質問・意見について、7月に取りまとめる加入確認及び設置申請について報告がありました。

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。開催日時や会議内容は、市ホームページで公開しています。

募集

普通救命講習会

日時 7月22日(出)

午後2時～午後5時

場所 依田窪南部消防署会議室

内容 普通救命講習Ⅰ

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

講習修了者には修了証を交付

次回開催 10月14日(出)

【申込・問】

依田窪南部消防署 救急係

Tel 68・0119

介護予防事業

「楽しい会〜!!」は、集まったみんなでおしゃべりしたり、お茶飲みをしたり、「介護予防体操」は出かけたくなる身体づくりを楽しんでいます。

開催日

★楽しい会〜!!

★介護予防体操・楽しい会〜!!

8月1日(火)、9月5日(火)

8月18日(金)、9月15日(金)

参加費 無料(昼食代実費)

時間 午前10時～午後2時

場所 武石公民館

対象 おおむね60歳以上の方

お知らせ & イベント

2017.7-2017.9

●申込期限 開催日の1週間前

●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・2466

武石地域包括支援センター

Tel 414055

高齢者介護課武石地域担当

(武石健康センター)

Tel 85・2119

リハビリテーション 教室(後期)参加者募集

月に2回、クアハウスかけゆで水中運動を行います。体力に衰えを感じている方、ひざや腰に痛みがあり、日ごろ運動ができない方など、お気軽にご参加ください。

実施期間 10月～3月(月2回)

場所 クアハウスかけゆ

対象 60歳以上の方

参加費 1回1,000円

申込受付 8月31日(木)まで

【問・申込】

武石診療所 Tel 85・3308

お知らせ

武石診療所お盆休診

●休診日 8月11日(金)～15日(火)まで(16日(水)から通常どおり診療)
ご利用の皆様にはご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

【問】武石診療所 Tel 85・3308

人権・悩みごと相談

人権擁護委員が悩みごとを、行政相談委員が行政相談をお聞きします。

日時 9月11日(月)

午前9時～午後12時

場所 武石地域自治センター

第3会議室

【問】市民サービス課

Tel 85・2827

依田窪南部中学校で 授業等を公開します

●アントレ学習発表会

・開催日 8月30日(火)

授業公開

・開催日 9月4日(月)

生徒たちの様子を見にお気軽に
お出掛けください。

【問】依田窪南部中学校

Tel 85・2332

第5次上田地域広域連 合広域計画(素案)への 意見募集

上田地域広域連合で策定する「第5次上田地域広域連合広域計画(平成30～34年度)」の策定にあたり、住民の皆さんの意見を募集します。

募集期間 7月10日(月)～

8月9日(水)

●公表場所 上田地域広域連合ホームページ、広域連合事務局(丸子地域自治センター4階)、市役所南庁舎3階政策企画課、真田・武石地域自治センター地域振興課、東御市役所、青木村役場、長和町役場、坂城町役場

●提出方法 所定の意見記入様式に指名・住所・ご意見を記入の上、公表窓口、または郵便、FAX、メールで提出してください。

【問】上田地域広域連合事務局企画課

Tel 43・8818

Fax 42・6740

E-mail: kaku@area.ueda.nagano.jp

武石地域防災訓練を行います

上田市防災訓練実施に合わせ、武石地域でも訓練を行います。防災の知識を身につけて、地域の皆さんと一緒に減災を目指しましょう。

日時 9月2日(出)
午前7時～10時

●実施内容

・午前7時～ 非常時の情報伝達訓練
自治センター→自治会長→班長→伍長→各戸へ電話などで情報を伝達します。

・午前7時15分～8時 避難訓練(各地区公民館へ)

避難者へ備蓄保存食を配布します。

・午前8時30分～10時 築地原トレーニングセンターで全体訓練(地震体験車乗車体験、AED取扱訓練、初期消火訓練など)

【問】地域振興課 Tel 85・2824

イベント

魚のつかみどり

自然に親しみ、仲間とふれあい、武石の自然を再発見しよう。

日時 7月31日(月)

午前10時00分～11時30分

※増水時は順延

場所 武石小学校水田横の

武石川

●服装など 川に入れる服装、帽子、ビニール袋、軍手など(網の使用は1～3年生まで、軍手の使用は全学年)

【問】武石地域青少年健全育成

連絡協議会(武石公民館内)

Tel 85・2030

信州うえだ武石夏祭り

武石の夏の一大イベント! 皆様のお越しをお待ちしています。

●8月12日(出)

ステイジイベント、花市、みこし、盆踊り、花火打ち上げなど

●8月14日(月)

親善ソフトテニス大会、武石森林公園マレットゴルフ場無料開放、盆踊り

●8月15日(火)

親善ソフトボール大会、親善囲碁大会、盆踊り

【問】信州うえだ

武石夏祭り実行委員会

(産業建設課内) Tel 85・2828



美ヶ原高原星空観望会

「星空さんぽ」

満天の星が広がる標高2000メートルの夜の高原をお散歩しませんか。

日時 8月19・20日(土・日)

午後7時～10時

※悪天候時中止

会場 美ヶ原高原美術館

屋外展示場

参加費 500円

(小学生以上スランプラリー付き)

【問】美ヶ原高原タイムラプス

実行委員会

(事務局・美ヶ原高原美術館内)

Tel 86-23331

「星空さんぽ」に

バスで行こう

日時 8月19日(土) ※雨天中止

午後6時集合、午後9時

帰着予定

集合場所 武石地域自治センター

駐車場

対象 小学生(高学年以上)

参加費 500円

(スランプラリー付き)

その他 募集チラシは小学校を

通じて配布します。参加希望児童は

8月16日(木)までに武石公民館へお

申し込みください。

【問・申込】

武石公民館 Tel 85-2030

各施設のイベント

武石ともしび博物館

Tel 85-2474

夜の博物館きもだめし

日時 7月30日(日)

午後7時30分～9時

(受付 午後7時から)

場所 武石ともしび博物館

参加費 無料

参加申込 不要

《ボランティアスタッフ募集》

運営全般に関わっていただきます。

す。ごなたでも参加できます。

日時 7月30日(日)

午後5時集合、9時まで

内容 受付・会場管理(おぼけ

役含む)、参加者誘導、見守りなど

申込 7月23日(日)までに博物

館へ連絡

栗栗溪谷緑の広場

(武石観光センター)

Tel 86-2003

「美ヶ原の四季」写真展

日時 7月28日(金)

8月20日(日)

内容 上田市内の写真家深澤

強氏・鳥川由美子氏、宮野勝彦氏、滝

沢詳治氏による美ヶ原の四季を感じ

る写真展を開催します。

ワークショップ& 絶品手打ちそば

日時 7月22日(土)

午前10時30分～午後1時

内容 エコペーパーでアクセ

サリー作り

参加費 1,300円(昼食付)

森の遊び塾 in 栗栗

〈第1弾〉

日時 7月30日(日)

午前10時～午後12時

内容 手作りの竿で魚釣り

〈第2弾〉

日時 9月9日(土)

午前10時～午後12時

内容 縄文パン作り&

楽器作り

〈共通事項〉

対象 小学生まで(保護者同伴)

参加費 1人300円

(3才以下無料)

募集定員 先着12家族

服装等 森の中で遊べる服装

▽そば打ち体験

〈初級編・全4回〉

日時 9月5日・12日・19日・26

日いずれも火曜日 午前10時～

午後12時

〈中・上級編全4回〉

日時 9月7日・14日・21日・28

日いずれも木曜日 午前10時～

午後12時

(共通事項)

場所 そば処栗栗 そば道場

参加費 4回コース6,000円

(材料費、指導料込)

募集定員 先着5名(全4回参加

できる方優先)

その他 道具がある方は持参

〈親子編〉

日時 8月6日(日)、26日(土)

午前9時30分～11時30分

参加費 1組1,500円

対象 中学生まで(保護者同伴)

武石温泉うつくしの湯

Tel 85-3900

▼夏祭り

日時 7月17日(月・海の日)

内容 ハワイアン・フラダン

ス・太鼓の披露、ビンゴゲーム、生

ビール・枝豆を特別価格で提供、川

魚の塩焼き、夏野菜の販売

参加費 ビンゴゲームのみ100円

※入館料は別途かかります。

岳の湯温泉 雲溪荘

Tel 85-2263

▼雲溪荘40周年プラン

期間 平成30年3月31日まで

内容 記念品プレゼント

対象 日帰り4,000円以上、

宿 泊8,000円以上

▼レディース特別ご優待プラン

期間 8月26日～9月10日

内容 日帰り2,500円、宿

泊6,500円、女性限定料理「コス

モス膳提供

ベルデ武石(本館・新館)

Tel 86-2525

▼上田市民キャンペーン

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 特別料金で宿泊

本館：4,650円

新館：5,650円

※ただし、本館は10月15日～1月15

日、新館は10月30日～12月15日ま

で工事のため休館

予約 利用日の1か月前から

電話で予約

運転免許証を自主返納された方へ 武石スマイル号利用補助券等を交付します

運転免許証を自主返納し「運転経歴証明書」の交付を受けた方へ「武石スマイル号利用補助券またはタクシー利用補助券」を交付します。

●対象 平成29年4月1日以降に運転免許証を自主返納し「運転経歴証明書」の交付を受けた方(市税に滞納がない方)

●内容 ①・②のいずれかを交付(1人1回限り)

①武石スマイル号利用補助券10,000円分

②タクシー利用補助券10,000円分

市内に営業所のあるタクシー会社で利用できます。

●申請 警察署等で交付された運転経歴証明書、取消通知書、印鑑を持って窓口へお越しください。

●注意 申請の期限は運転免許証を返納した日から1年以内です。

【問】産業建設課 Tel 85-2793



たけし子育て親育ち日記 ②4

子育て中のお父さん・お母さんにお話をお聞きしました。

荻原 節男 さん／理恵 さん (権現)

こはく
虎珀 くん (6才7か月)

そうた
蒼太 くん (3才9か月)

ほのか
帆叶 ちゃん (1才3か月)

子育て話、募集中!



★お子さんが誕生し、親となって気付いたことを、変わったことなどを教えてください。

(父) 3人が3人とも性格が違うなあ実感しています。昔流行っていた某歌の歌詞のような「♪弟思いの長男、自分がいちばん次男～」と感じるときがあります。

(母) 子どもが生まれる前は潔癖症でしたが、子どもが産まれてからは汚されること、散らかされることに対して諦めがつきました(笑)

★家族が増えたことで地域の繋がりは広がり了吗?

(父) 子どもの用事で出かけることが増えました。

(母) 子どもを通して地域の方たちと話をする機会が増えました。

★忙しい毎日の中でストレスもたまると思いますが、どう解消していますか?

(父) 子どもたちが寝た後、奥さんと2人で話をすること。

(母) 子どもたちが寝た後、ゆっくりとアイスを食べること。

★最後にお子さんへのメッセージをお願いします。

これから先も元気で3人仲良く成長してね!

「地域自治センターだより武石」へのご意見や感想、地域のお話(写真や記事)、武石地域の風景写真などをお気軽に地域振興課までお寄せください。皆様からの応募をお待ちしています。

※写真の被写体(写っている人物や建物等)については、事前に了解を得るようにしてください。



武石公園に灯るぼんぼり。水田に映る灯りも幻想的。

【問】地域振興課 広報担当

Tel 85-2824 Fax 85-2313

E-mail ttiiki@city.ueda.nagano.jp



▼武石のひとの動き▼(平成29年7月1日現在)

人口 3,544人 世帯数 1,438戸
男 1,744人 女 1,800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	持ち物
8月24日(木)	小麦粉ねんど	水筒・着替え
9月14日(木)	ミニ運動会	

★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

児童館に集まったお友だちとさまざまな遊びを体験します。

開催日	内容	持ち物
7月18日(火)	制作・七夕かざり	水筒
8月25日(金)	プール・水遊び	水筒・着替え(水着など)
9月11日(月)	外部講師による親子運動あそび	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	持ち物
7月21日(金)	夏祭り	上はき、水筒、着替え、帽子など
8月2日(木)	七夕かざりを作ろう	

★時間...10:00～11:00

※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)水や森に親しむイベントや体験学習に積極的に参加しましょう。