

武石

▼目次

- P1 表紙
- P2~4 話題 PickUp
協力隊通信
- P5 公民館だより
地域協議会活動日誌他
- P6 お知らせ
- P7 花だより、イベント情報
- P8 未就園児のおそびの広場

4月に入っても肌寒い日が続いた武石にもようやく桜の便りが届き始めました。

4月19日、武石保育園では満開の桜の下で、園児たちが元気いっぱい、園庭を走り回って遊んでいました。

園児たちは、信広寺や子檀嶺神社の桜が満開になるとお散歩に出かけたり、そこでたくさんの春を見つけたり、武石の豊かな自然の中でのびのびと育っています。



3/16 武石小学校



3/15 依田窪南部中学校



3/25 武石保育園



福寿草が花開き、武石に春の訪れを告げた3月。
小・中学校、保育園で、卒業式・卒園式が行われました。
一緒に学んだ友だちやお世話になった先生との別れ。子どもたちは、たくさんの思い出を胸にそれぞれ旅立ちのときを迎えました。



旅立ちの
出会いの **春**



桜の開花が待ち遠しい4月。
保育園、小・中学校で、入園式・入学式が行われました。
今年は、依田窪南部中学校と和田中学校が統合し、新生「依田窪南部中学校」が誕生。入学式の前に統合・開校式が行われました。
子どもたちはたくさんの夢や希望に胸をふくらませ、新たな生活をスタートさせました。元気いっぱい、楽しい毎日を過ごしてくださいね。



4/4 武石保育園



4/6 依田窪南部中学校



4/6 武石小学校



桜の下で「いただきます!」

4月18日(火) 武石小学校 お花見給食

お花見給食の日までに桜は咲くかなと心配されましたが、前日の暖かさで校庭の桜は一気に開花、お花見日和になりました。児童は、1・6年、2・5年、3・4年生の兄弟学級ごとに、大堰、鉄棒周辺、滑り台周辺の桜の下に集まり、みんなで一緒にシートを広げました。お弁当には、おにぎり、からあげ、きんぴらごぼう、みたらしだんごなど。児童は、真っ青な空と満開の桜の下で、いつもと違った給食を楽しみました。



笑顔あふれる武石をめざして

3月30日(木) 住みよい武石をつくる会設立総会

武石地域の住民自治組織「住みよい武石をつくる会」設立総会が開催され、約100人が参加しました。規約や事業計画、予算、役員選出の他、住民自治組織準備会が協議、検証してきた『武石まちづくり計画策定方針』が可決されました。「つくる会」には、地域内外の住民との交流促進を担う「ふれあい交流部会」、地域全体による子育てや地域愛を育む人権教育を担う「子育て・教育文化部会」など6つの専門部会が設置され、4月から活動がスタートしました。

【役員(敬称略)】会長▽児玉卓文、副会長▽児玉裕二、廣川光子、監事▽池内俊郎、高橋みち子



祭りでつながる!大人と子ども

4月29日(土) 花まつり×子ども祭り

「花まつり×子ども祭り」が大宮諏訪神社周辺で開催されました。今年は、恒例のスタンプラリーやサイクリング、オカリナ演奏などの他、初企画のお化け屋敷や境内の岩を使ったボルダリングが行われました。中でも、地域住民が手掛けた「ファッションショー」では、歴代自治センター長や市議会議員、新旧郵便局長、着物リメイク教室の先生や生徒、小学生など3歳から85歳までの30人がモデルに挑戦し、祭りを盛り上げてくれました。

また、武石公園の東屋周辺では、七ヶ公友会が作った豚汁もふるまわれ、多くの子どもや家族連れでにぎわいました。



火渡りと刃渡りに挑戦!

4月16日(日) 一心様の火渡り・刃渡り

春を呼ぶ祭り「一心様の祭典」が下小寺尾の一心神社で行われました。

井の字型に積んだ薪に火をつけ、その上で行者が祈禱を行い、炎が静まると素足で火床を渡ります。子どもから大人までが火渡りに挑み、無病息災を願って子どもや孫を抱いて挑戦する方もいました。

続いて、剣で造られたはしごを素手素足で上る刃渡りが行われ、今年は行者の他に4名の方が荒行に挑みました。見物客はその姿を息をのんで見つめていました。

ずくっ娘味噌工房に テレビの取材が来た!

記 武石生活改善グループ連絡協議会
「ずくっ娘味噌工房」 滝澤 伸子



私は武石生活改善グループ連絡協議会を母体とする「ずくっ娘味噌工房」に属している。よく言えば希少価値的、悪く言えば知名度が低い私たちの味噌の広報のために、昨年末ブログを立ち上げた。今年に入り、宮崎出身である私の上田発信ブログがテレビ宮崎の人の目に留まり、今回「こんなところに宮崎人」として「じゃがじゃがサタデー」という番組が取材にきた。

早朝からアナウンサーさんに仕込み体験をしてもらい、取材が行われた。放送後、電話、はがき、メール等をいただき、予想外のこととして驚き感激した。

地産地消認定商品で風味豊かな私たち的大吟醸味噌を、これからもみんなで作り続けていけたらと思う。

ブログ名「ずくっ娘味噌工房」/URL: zukukkomiso.blog.fc2.com



平成28年度上田市ポンプ操法・ラッパ吹奏大会の様子

愛する地域を災害から守る

上田市消防団 第八方面隊

愛する武石地域を守るため、地域住民の安全・安心のために、日ごろから防火・防災活動に励んでいる第八方面隊。4月4日現在武石東部分団81名、武石西武部分団71名の団員が地域の安全を守っています。

【平成29年度幹部役員】

- 第八方面隊長 山岸 誠
- 武石東部分団長 宮下 覚／副分団長 橋本 貴明
- 武石西武部分団長 橋詰 貴裕／副分団長 坂口 茂寿

消防団員 募集!

男女は問いません。入団を希望される方は、近くにお住いの消防団員にお声掛けください。



●雲溪荘の利用法+人口減少↓植えて、育てて、採って、食べる雲溪荘合コンツアー(婚活ツアー?)

4月9日開催した『たけしミライ「お」』。20代から80代まで約20名にご参加いただき、「武石の未来」をテーマに語り合いました。今回のワークショップで使ったのはブレインストーミングという手法。①テーマに沿った意見を付箋に書く、②それを3、4人のグループで共有しあい、お互いのアイデアを深める、③付箋をジャンル分けして模造紙の上にまとめる、④まとめた意見を全体で発表して共有するといった手順です。

皆様大いに話が盛り上がり、たくさん意見が生まれました。個人的に印象に残ったものをいくつか紹介します。

協力隊通信 No.7

記 地域おこし協力隊 岩木寛季

ツイッター始めました!

記 前田由紀

4月1日から武石の地域おこし協力隊ツイッターで、武石の花の開花状況や武石で見つけた気になるところを毎日ゆるゆるとつぶやいています。毎朝地域内を回って写真を撮っていますので、見かけた方は遠慮なく話しかけてくださいね。

身近に見つけた情報があれば、ぜひ教えてください!

▼信州武石
地域おこし協力隊ツイッター
→ @takeshi_local1

お楽しみに!
ちなみに・・・次の「たけラボ」もワクワクできるプログラムを検討中ですので、

えたら嬉しいです。
すように「武石について考えたり、話すようになったよ」という人が一人でも増えたら嬉しいです。

●空き店舗対策+買い物問題対策+自己実現の場所作り+空き店舗マルシェ
●単身者の住居が少ないこと+高齢者の見守り+高齢者の家で下宿
●多様なアイデアが生まれました!
このワークショップは、『地域について考えて話しあう面白さ』を体験してもらったことが目的でしたので、できるか否かは考えず、多種多様なアイデアを出して話し合いをしていただきました。「武石がこうなったらいいね」「こうやったらもっと面白くなるよ」そんなワクワクするような話をシェアできること・・・それが地域に積極的に関わっていく第一歩だと私は思っています。このイベントをきっかけに、以前より「武石について考えたり、話すようになったよ」という人が一人でも増えたら嬉しいです。

【平成28年度】

第12回 3月15日

〈報告事項〉

わがまち魅力アップ応援事業について次の報告がありました。

・平成31年度で新規募集事業終了
・平成29年度予算は7千万円で、前年度に比べ3千万円の減

〈協議事項〉

情報伝達システムの構築について、これまでの協議結果をもとに作成した意見書(案)について協議を行い、内容を最終決定しました。

〈部会協議のまとめ〉

・生活福祉子育てに関する部会
・子育て、高齢者サービス、エリアートークなどの問題点を出し合い話し合ってきたが、来年度は新たな住民自治組織と一緒に話し合いを持ちたい。

・産業経済に関する部会

・案内看板や武石の特色ある産業振興策について、来年度は検討課題を具体的に詰めていきたい。

【平成29年度】

第1回 4月26日

〈報告事項〉

平成29年度武石地域の主な事業(下表)と重点目標について

「武石地域の新たな情報伝達手段について」の意見書について

情報伝達システム及びごみ減量化自治会説明会について

▼平成29年度武石地域の主な事業

(千円)

事業名	事業費
「住みよい武石をつくる会」への交付金	2,500
武石地域総合センター整備に向けた経費	6,534
武石温泉うつくしの湯空調設備の更新	2,300
岳の湯温泉雲渓荘地下タンクライニング工事	2,200
福寿草群生地・アジサイ公園遊歩道整備	2,000
ともしび博物館開館30周年記念事業	6,330
西武地区排水管布設替工事等上水道事業	33,940

情報伝達システム及び ごみ減量化自治会説明会

5月8日(月)から26日(金)まで各自治会の公民館で開催されています。
ご都合の上、大勢の皆さんの参加をお願いします。

地域協議会委員が変わりました

自治会推薦の委員が4月から変わりました。(敬称略)

【旧】

伊藤 孝(七ヶ)
竹内 茂(沖)

【新】

池内俊郎(沖)
橋詰文雄(築地原)

平成29年度 わがまち魅力アップ応援事業

- ★「武石花まつり」つながろう、支え合おう元気プロジェクト
(武石風土つなぎ隊・5年目)
- ★地域まるごと子育て支援交流事業「子ども祭り」
(特定非営利活動法人武石子育て支援を考える会・4年目)
- ★つつじの丘武石公園整備事業と春宵あかり事業
(七ヶ友会・2年目)

花桃の郷を歩く 4月23日(日)

花桃の郷ウオーキングが開催され、15名が参加しました。今年は寒さのせいか昨年より開花が遅く、余里入り口付近の花桃が咲き始めたばかりでしたが、コース途中の子檀嶺神社の桜は満開で、参加された皆さんは快晴の下、武石の春を感じながら余里の郷を気持ちよく歩いていました。



世代を超えて大熱戦!

3月12日(日)

第26回分館親善スポーツ大会(ビーチボールバレー)が武石体育館で行われ、48チームが参加し、熱戦が繰り広げられました。中学生からシニアまで幅広い年齢層の参加があり、すばらしい交流が図れた大会になりました。

▼各ブロックの優勝チーム

〈中学生以上〉

Aブロック 数合B

Bブロック 上本入西部A

Cブロック 数合A

Dブロック 上本入西部B

〈50歳以上の部〉

Aブロック 鳥屋A

Bブロック 小沢根B

おしらせ

▼担当課が変わります

29年度組織改正により、左記業務の担当課が次のとおり変わります。

●地域交通（デマンドバス）

地域振興課→産業建設課

【問】85-2828

▼忘れていませんか？

マイナンバーカード

受取り

「マイナンバーカード」を申請され、交付通知（はがき）がお手元に届いている方で、まだカードを受領されていない方がいます。

お心当たりのある方は、事前に市民サービス課市民窓口担当にお問い合わせいただき、カードの受領をお願いします。

【問】市民サービス課

Tel 85-2827

▼人権・悩みごと相談

人権擁護委員が悩みごとの相談をお聞きします。

●日時 6月5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

▼普通救命講習会

●日時 6月10日(出)

午前9時～午後12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

【申込・問】

依田窪南部消防署 救急係

Tel 68-0119

▼真田の郷ウォーキング

真田三代ゆかりの地を巡るウォーキングです。バスで真田地域へ向かい、真田運動公園横の芝生広場をスタートし、総門（黒門）、古城緑地広場、信綱寺、信綱夫妻・昌輝の墓所、横尾神社、千古の滝などを巡るコース（約4.2km）を2時間ほどかけて歩く予定です。

●日時 6月18日(日)

午前8時30分集合受付、9時出発

●集合場所 武石地域自治センター

●対象 武石地域にお住まいの方

●申込み 5月22日(月)以降、武石公民館（30名）になり次第締め切らせていただきます。

●参加費 無料

●持ち物 飲み物、弁当、レジャーシート等

【申込・問】武石公民館

Tel 85-2030

▼介護予防事業

●開催日

★楽しい会～!!

7月4日(火)

★介護予防体操・楽しい会～!!

6月16日(金)、7月21日(金)

●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

●参加費 無料（昼食代実費）

●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 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

▼29年度

上下水道料金納期限

検針月の翌月25日（休日の場合は翌営業日）が納期限（口座振替日）になります。

検針月	納期限（振替日）
2月	3月26日(月)
12月	1月25日(木)
10月	11月27日(月)
8月	9月25日(月)
6月	7月25日(火)
4月	5月25日(木)

【問】上下水道局料金センター

Tel 22-1313

武石診療所通信



地域医療を大切にし、外来診療のほか往診、訪問看護を行い、在宅体制を整え、在宅でも安心して医療を受けられます。

時 間	月	火	水	木	金
午前8:30～11:30	診察	診察	診察	診察	診察
午後2:00～5:00	往診	往診	往診	往診	往診
午後5:00～6:00				診察	

※午後診療いたしますので、診療を希望される方はお電話ください。

▶休診日：土日・祝祭日、8/13～15、12/29～1/3

夜間や休日に体調が悪くなった場合は、Tel 85-3308（診療所Tel）へ電話をかけると看護師の携帯電話へつながります。24時間365日対応しています。

【問】武石診療所 Tel 85-3308

ごみ減量への取り組み その②

「食品ロス」約半数は家庭から



食べものに、
もったいないを、
もういちど。

NO-FOODLOSS PROJECT

食品ロスは、食品メーカー、小売店、飲食店、家庭など「食」に関係するさまざまな場所で発生していますが、約半数は家庭から捨てられたものです。家庭から出される生ごみの中には、手つかずの食品が2割もあります。

日ごろから食材を「買い過ぎず」「使い切る」「食べきる」などの工夫を心掛けましょう。

【問】市民サービス課 Tel 85-2827

武石の花だより 春

4月中旬、暖かな陽気に誘われて、武石の花も一気に花開きました。
3月の福寿草を皮切りに、武石に春を運んでくれる色とりどりの花たち。
武石の郷がいちばん色鮮やかに輝く季節です。



⑤



⑪



②



③



⑥



⑦



⑧



⑨



⑩

- ①唐沢小原の福寿草(3月中旬)
 - ②③七ヶ公民館のしだれ桜(4月中旬～)
 - ④⑤信広寺のしだれ桜(4月中旬～)
 - ⑥⑦子檀嶺神社の桜並木(4月中旬～)
 - ⑧大布施のひがん桜(4月下旬～)
 - ⑨武石公園のヒカゲツツジ(4月中旬～)
 - ⑩余里の一里花桃(4月下旬～)
- (4/29 ノルディックウォーキング)

イベント情報

日 時	場 所	イベント	内 容	問
5月29日(月) 8:30～	マレットゴルフ場	マレットゴルフ場支配人杯	・ 宿泊券などの景品が当たる大会 ・ 会費500円	85-2222
6月18日(日) 10:00～	うつくしの湯	お楽しみカラオケ大会	・ カラオケを楽しむとともに講師による歌唱指導と景品の進呈	85-3900
7月17日(月) 夕方～		夏祭り	・ フラダンス、太鼓の披露、ビンゴゲームなど(予定)	
7月30日(日) 9:30～11:30	巢栗溪谷緑の広場	森の遊び塾in巢栗	・ 自分で作った竿で魚釣りに挑戦 ・ 対象 小学生まで(保護者同伴) ・ 参加費300円(3歳以下無料)	86-2003
5月20日(土)～	岳の湯温泉 雲溪荘	雲溪荘40周年記念プラン	・ 記念品プレゼント ・ 日帰り4,000円～ 宿泊8,000円～	85-2263
6月17日(土)～7月9日(日)		レディース特別ご優待プラン	・ 女性に満足していただける料理を提供	

おやこで みんなで あそぼ♪

未就園児のあそびの広場の様子を紹介します！

10:00



①自分のカードにスタンプをおす



②好きなおもちゃで遊ぶ(自由遊び)



あそびの教室って
なにをするの？

10:30



③おもちゃを片付けて、手遊び・体操・始まりの会をする



④月ごとにいろいろな遊びを体験する(課題遊び)
(この日はバルーン遊び。バルーンの中で子どもたちは大喜び♪)

11:00



⑤絵本の読み聞かせ、終わりの会をする



⑥名札を返して、帰りの支度をする

今回紹介した「あそびの教室」や武石児童館の子育て支援室主催の「わくわく広場」は、保育園入園前のお子さんと保護者の方が集まり、さまざまな遊びを体験できます。

武石児童館の子育て支援室は、月・火・金(9:30~12:30)に開館しています。

親子のふれあい、お子さんや保護者の方の交流、出会いの場として、ぜひご利用ください。

※都合により、たけし子育て親育ち日記は、お休みします。

11:30

♪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
6月8日(休)	作ってあそぼう	水筒・着替え
7月13日(休)	ボールプール	

★時間…10:00~11:30 ★場所…武石児童館

♪園開放 【問】武石保育園 Tel 85-2113

開催日	内容	持ち物
6月14日(休)	園庭であそぼう	水筒、着替え、帽子、上はきなど
7月21日(金)	夏祭り	

★時間…10:00~11:00

♪わくわく広場 【問】武石児童館 Tel 85-2826

開催日	内容	持ち物
5月19日(金)	すいとん作り	参加費100円、水筒、フォーク
6月26日(月)	避難訓練 しゃぼん玉あそび	
7月18日(火)	制作・七夕かざり	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



※日時、遊びの内容は変わることがあります。

▼武石のひとの動き▼ (平成 29 年 5 月 1 日現在)

人口 3,552 人 世帯数 1,439 戸
男 1,741 人 女 1,811 人

チャレンジ 25
未来が変わる。日本が変わる。

上田市はISO14001を導入し環境配慮活動を推進しています。

6月は環境月間。地域の環境美化活動に積極的に参加しましょう。