

Ueda

上田市民と行政をつなぐ、お役立ち情報紙

広報うえだ
1月号
2020 (令和2年)
No.323

令和を希望の時代に

- 共に築き上げる市政へ
令和2年 市長年頭あいさつ…………… 2
- 40名、4団体を表彰
令和元年度 上田市功労者表彰式 …… 4
- よりよい広報紙を目指します!
「広報うえだ」に関するアンケート …… 9

- 希望の道をつなごう
「東京2020オリンピック聖火リレー」がやってくる! 32
- 信州上田戦国絵巻を再現
上田真田まつり 武者行列・決戦劇参加者募集 33

市民の皆様と 共に築き上げる市政へ



上田市長
土屋陽一

明けまして おめでとございます

皆様には、健やかに新年を迎えられましたこととお慶び申し上げます。昨年、大型の台風が相次いで日本に上陸し、全国で大規模な災害が発生しました。ことに台風19号は県内で猛威を振るい、上田市にも甚大な被害をもたらしました。改めて、被害に遭われた皆様にお見舞いを申し上げますとともに、災害対応にご協力いただいた多くの皆様に、深く感謝申し上げます。

市内外から、温かい励ましの言葉や、人的・物的支援、多額の義援金・寄付金等をいただき、また、上田電鉄所線の復旧に向けた取り組みなど、さまざまな形で支援の輪が広がっております。改めて人のつながりの大切さを実感したところです。

市民の皆様が一日も早く元の穏やかな生活を取り戻し、さらに、この災害を教訓に、安全で安心なまちづくりに向けたより良い復興（ビルド・バック・ベター）を目指し、関係機関と連携し全力を挙げて取り組んでまいります。

昨年を振り返って

昨年は、5月1日に、元号が「平成」から「令和」に改元されるという記念すべき節目の年となりました。

市政の主な出来事としては、まず、ラグビーワールドカップ日本大会に出場したイタリア代表チームが前年に続いて菅平高原でトレーニングキャンプを行い、ラグビー合宿の聖地、菅平高原の魅力が、国内外に発信されました。

また、上田市初となるワイナリー「シャトー・メルシャン 梶子ワイナリー」が丸子地域にオープンするなど、地元の皆様が育んできた地域の宝が上田を代表するブランドへと発展する年となりました。

8月には、東京大学名誉教授で、租



菅平高原で練習するラグビーイタリア代表



9月にオープンしたシャトー・メルシャン 梶子ワイナリー

税法学者として平成30年に文化勲章を受章された金子宏氏に、上田市で三人目となる名誉市民の称号を贈呈いたしました。金子氏の卓越した功績を市民の皆様とともに顕彰することができ、誠に喜ばしい出来事となりました。

市役所新本庁舎および武石地域総合センターの建設工事ならびに、丸子地域自治センターの耐震改修工事にも着手し、それぞれ、令和2年度中の完成を目指し、関連工事を進めているところです。市民が利用しやすく、また、安心・安全な暮らしを支える拠点となるよう整備を進めてまいります。

資源循環型施設建設に向けた取り組み

上田地域広域連合が進める資源循環型施設建設については、市としても最重要課題として位置付けており、昨年は、地域住民の皆様が参加して、専門家や行政とともに議論する「資源循環型施設検討委員会」で、協議を重ねてまいりました。

一方、清浄圏に代えて、南部終末処理場内へ、し尿前処理下水道投入施設を建設する計画については、地元之条自治会のご理解をいただき、生活環境影響調査および施設基本設計を行っております。また、その内容について、地域住民と専門家を交えての検討会を行い、12月には私も参加し公害防止対策

などについて活発な意見交換を行うことができました。

今後、住民の皆様のご意見にも配慮した計画としていくことで、施設建設についてご同意をいただけるよう、引き続き取り組んでまいります。

スポーツと文化の振興

いよいよ今年は、東京オリンピック・パラリンピックが開催されますが、大会に先立ち、福島県を皮切りに全国を巡る聖火リレーが、4月2日に上田市で行われます。多くの人がつないでいく希望の聖火に、皆様の思いもつなげていただきたいと思えます。

市では、中国を相手国とする「ホストタウン長野県実行委員会」に参画し、中国に関連した文化交流事業を進めています。今後も相互に理解を深め、地域活性化や観光振興にも資するよう、関係の皆様と連携して取り組んでまいります。

また、上田市を本拠地とするルートインホテルズ女子バレーボール部「スリリアントアリーズ」が、昨年からはバレーボールのVリーグ（2部）に初参戦しており、活躍が大きい期待されます。今後もスポーツを



活躍が期待されるブリリアントアリーズ

通じた地域づくりや、地域資源を生かした文化の振興に、一層力を入れてまいります。

第二次総合計画「後期まちづくり計画」の策定に向けて

平成28年度にスタートした第二次上田市総合計画「前期まちづくり計画」が、来年度に計画期間の満了を迎えることから、令和3年度から5か年の「後期まちづくり計画」の策定に着手しました。策定に当たっては、総合計画に掲げられた「まちづくりビジョン」に、私の公約である「上田再構築プラン」を融合させ、新たな視点で市民の幸せ創造を目指し、施策の再構築を図ります。

また、若者や女性、子育て世代など、幅広く市民の皆様にご意見を伺う機会を設けるとともに地域のニーズ把握に努め、計画に反映してまいります。



後期まちづくり計画策定に向けた市内高校生との懇談



「SDGs」(持続可能な開発目標)の視点を取

さらに、持続可能な社会を目指す、国や県でも取り組みが進められている「SDGs」(持続可能な開発目標)の視点を取

入れ、市の施策に関連付けます。総合計画の将来都市像「ひと笑顔あふれ 輝く未来につながる 健康都市」の実現に向け、改革すべきは改革し、継続すべきものは磨き上げる「再構築」の視点を立ち、市民の皆様の声に耳を傾け、心を寄せてまちづくりの指針を策定してまいります。

市民参加のまちづくりに向けて

昨年は、各地域自治センターごとにサテライト市長室を実施し、各地域でまちづくりに真剣に向き合う住民の皆様と対話を行いました。

自治基本条例の基本理念である「参加と協働」と「地域内分権」による自治の推進は、市が発展するためには不可欠であります。特に、地域住民が連携・協力し、地域の課題解決や地域振興に向けて自主的に取り組む「住民自治組織」は、昨年、神川地区で11番目の組織が設立され、市内全域での設立に向け最終段階に入っております。

一人一人が自主的・自立的に地域づくりを担う「市民力」と、互いに心を寄せ合う「共感力」の2つの力の可能性を信じ、「行政は、幸せ創造仕掛人」との自覚を持って、市民の皆様との協働により市政を進めてまいります。

「令和」は、「希望の時代」と信じてまいります。

結びに、本年が、市民の皆様にとって、明るく健康で幸福な年となりますことをお祈り申し上げます。



行かん 動画でもご覧いただけます

まちづくり表彰 2団体

〔地域づくりや、上田市のイメージアップにおいて、特に功績のあった団体〕
 塩田平文化財保護協会 様 (文化財保護を通じた市民協働による地域づくり)
 諏訪形自治会 様 (防災を通じた市民協働による地域づくり)

技能表彰 2名

〔優れた技能を有し、技術の向上、後進の育成について、特に功績のあった皆様〕
 萩原 宏之 様 (農業)
 坂口 伯夫 様 (農業)

善行表彰 6名、2団体

〔地域の環境美化、社会福祉活動などのボランティア活動において、特に功績のあった皆様〕
 佐藤 信義 様 (安心安全なまちづくり活動)
 市村 光志 様 (環境美化活動)
 小宮山 高雄 様 (環境美化活動)
 丸山 兼吉 様 (環境美化活動)
 長島 長寿会 様 (環境美化活動)
 ふれあい日本語教室 様 (社会福祉活動)
 田中 宣道 様 (青少年の健全育成活動)
 伏見 貴昭 様 (青少年の健全育成活動)

消防部門

〔消防活動に尽力された皆様〕

新井 隆寛 様 (消防団役員)
 堀内 勝也 様 (消防団役員)
 宮田 淳一 様 (消防団役員)

産業部門

〔産業経済の振興発展に尽力された皆様〕

石井 懋人 様 (土木・建築関係団体役員)
 河田 純 様 (土木・建築関係団体役員)
 山田 祐一 様 (土木・建築関係団体役員)
 小林 哲哉 様 (商工関係団体役員ほか)
 肥田 野秀知 様 (商工関係団体役員ほか)
 坂下 隆行 様 (農林水産業関係団体役員ほか)



令和元年度 上田市功労者表彰式
40名、4団体を表彰

11月22日(金)、令和元年度 上田市功労者表彰式をサントミュージア大スタジオで開催し、市政の各般にわたり御尽力をいただきました皆様に表彰しました。受賞された皆様は次のとおりです(順不同)。



謝辞 受賞者代表 丸山正明様



市長式辞

令和元年度 優良建設工事表彰式



優良建設工事表彰式
出席者の皆様
(11月22日)

平成30年度にしゅん工した上田市発注の請負金額200万円以上の建設工事は195件で、そのうち請負金額が500万円以上の建設工事は135件でした。この中から市内に本社のある建設業者、または市内に本社がある建設業者を含む共同企業体が施工し工事成績評定点が85点以上の工事について、優良建設工事審査委員会で審査の上7件を選定し、その工事を施工した建設業者ならびに現場代理人を表彰しました。
 受賞者は次のとおりです(敬称略)。

- 受賞 山眞建設有限会社、株式会社堀内建設、株式会社宮下組、児玉興業株式会社、北澤・飯島特定建設工事共同企業体、有限会社塩田電工

☎ 契約検査課 TEL23・5257

功労表彰 32名

自治部門

〔地方自治の振興発展に尽力された皆様〕
 塩入 肇 様 (自治会長)
 馬場 小夜子 様 (自治会長)
 滝澤 修一 様 (公平委員)
 池田 茂三 様 (税込協力関係団体役員)
 河合 良則 様 (税込協力関係団体役員)

教育・文化・スポーツ部門

〔教育・文化の向上発展、スポーツの振興に尽力された皆様〕
 杉山 裕 様 (保育園医)
 清水 恒生 様 (学校歯科医)
 西川 菊美 様 (学校薬剤師)
 後藤 キミ 様 (スポーツ推進委員)
 清水 敏郎 様 (スポーツ推進委員)
 依田 徳子 様 (スポーツ推進委員)
 麻生 保夫 様 (スポーツ団体役員)
 可知 義和 様 (スポーツ団体役員)
 關 啓治 様 (スポーツ団体役員)

社会部門

〔社会福祉の充実、市民生活の安定向上に尽力された皆様〕
 佐藤 博 様 (保護司)
 鈴木 ゆみ子 様 (保護司)
 滝澤 充 様 (保護司)
 永井 敏広 様 (保護司)
 宮原 信重 様 (保護司)
 山崎 壽雄 様 (保護司)
 中村 彰 様 (人権擁護委員)
 丸山 正明 様 (社会福祉関係団体役員ほか)
 成澤 美智子 様 (保健衛生関係団体役員ほか)

上田市体育施設の 予約方法が 変わります



4月の利用分から、上田市体育施設(一部除く)はインターネットによる体育施設予約システムで受け付けます。システムに利用者登録すると、システム上で施設予約が可能になります。なお、施設の空き状況は、利用者登録をせずに閲覧することができます。

☎ スポーツ推進課 TEL23・6372

体育施設予約システムの利用手順

はじめに①利用者登録をし、②-1、②-2で申し込みをします。
③で申請をしたら申込完了となります。

登録方法は
こちらから
(市ホームページ)



① システムに利用者登録する

- ①システム上で利用者の仮登録をします。
※メールアドレスの登録が必須です。hotmail(hotmail.com、hotmail.co.jp、live.jp)のメールアドレスは使用できません。
- ②仮登録後、☒スポーツ推進課、または各体育施設窓口(運転免許証等)を提示し、承認を受け登録が完了となります。

- 登録対象者 市内個人(18歳以上の市内在住、在勤、在学の方)
市内団体(代表者が市内在住、在勤、在学の成人であること)
- 登録開始日 1月20日(月) 9:00~



希望する日時を予約したいとき

②-1 システムから抽選申込する

抽選申込は、利用を希望する月の2か月前に申し込み、抽選によって決定します(4月に利用したい場合は、2月に申し込み)。

- 申込期間 毎月15日~20日
- 抽選結果 毎月22日以降に利用者登録したメールアドレスに送信します。
※メールの受信ができない方は22日以降に各体育施設窓口で確認してください。

当選

③ 施設使用許可申請

「抽選申込」で当選、または「先着申込」で申し込まれた方は、☒スポーツ推進課、または各体育施設窓口で申請してください。期日までに申請しなかった場合、申し込まれた権利がなくなりますのでご注意ください。

- 申請期日 抽選申込/毎月27日まで
先着申込/申込から6日以内(ただし、利用日が6日以内の場合は利用する日の前日まで)

◇その他

- 各窓口での受け付けも続きます。
各窓口の受付時間は、施設開館日の8:30~17:15
(市民の森公園・古戦場公園管理事務所は15:30まで。☒☒ 地域教育事務所、川西・上野が丘公民館は平日のみ)
- 川西社会体育館および上野が丘社会体育館は、それぞれの体育館のある公民館窓口でのみ受け付け。
- 迷惑メール設定等でメールの受信制限をしている方は、「instadmin@pref.nagasaki.lg.jp」が受信できるようにしてください。
- 抽選申込・先着申込ともに複数の施設および日時を申し込むことができます。

令和元年12月市議会定例会 市長提案説明(要旨)

台風19号災害からの復旧復興に当たっては、より災害に対して強靱な地域づくりを目指し、不転転の決意で取り組みます。

台風19号災害について

上田市内では河川の氾濫や土砂崩落が相次ぎ、避難中に負傷されるなどの人的被害をはじめ、多数の住宅や事業所が被災するとともに、公共土木施設、農業用施設にも広範囲にわたる浸水や損壊等が発生しました。これまでに経験したことのない災害であり、国、県をはじめ、関係機関のご支援をいただきながら、また、復旧復興に向けて、より災害に対して強靱な地域づくりを行うという「ビルド・バック・ベター(より良い復興)」の考えのもと、不転転の決意で取り組みます。

ラグビーワールドカップ

ラグビーワールドカップの大会前にイタリア代表チームが、菅平高原でトレーニングキャンプを行いました。各種メディアが代表チームを積極的に取り上げたことから、菅平高原の名が国内外に広く発信され、知名度の向上、ブランド力の強化に大いにつながったものと考えています。今後は、イタリアラグビー連盟と上田市との友好的な関係を継続させ、イタリ

アとの文化的・経済的な交流がさらに発展するよう取り組みます。

上田市令和2年度当初予算編成

令和2年度の当初予算編成作業に着手しました。新年度は、台風19号の被災者の皆様が1日も早く普段の生活に戻ることができるよう、災害復旧対応を優先して取り組みるとともに、「第二次上田市総合計画」に掲げる将来像の実現に向けた施策展開を念頭に予算編成を進めます。

「外国人集住都市会議」の開催

外国人が多く居住する地域で顕在化する諸課題の解決や、外国人との共生のためのさまざまな取組を推進すべく設立された「外国人集住都市会議」が12月26日、市内で開催されます。会議では、「日本に住む誰もが孤立せず、自らの生活を築いていくことができる社会の構築」をテーマとして、日本語教育施策の充実を中心に議論し、自治体からの要望を盛り込んだ「うえだ宣言」を取りまとめ、国等に要望していきます。今後も、

さまざまな視点や思考をもつ外国人住民の皆様と共に暮らしていくために、互いの価値観を認め合う共感力を高めながら、多様性に富んだ豊かなまちづくりを進めます。

観光振興

長野市の善光寺一帯では、例年2月にオリンピックの五輪の色でライトアップを行う「長野灯明まつり」が開催されていますが、別所温泉でも歴史・文化を活かして、パリンピックカラーでライトアップを行う新たな誘客イベントの開催に向け、今定例会の補正予算に関連経費を計上しました。長野市との連携による市内温泉地の新たな魅力発信に加えて、両市の「災害からの復興」に向けた希望の光となるべくイベントとして、鹿教湯温泉地域とも連携を図りながら、賑わいの創出と活性化につなげます。

子育て支援

丸子統合保育園整備事業につきましては、建物の実設計が完了しました。整備に当たっては、増加傾向にある3歳未満児童を拡大

するとともに、多様化する就業形態に対応するため一時預かり保育室を設置するなど、新しい保育園が地域の子育てニーズに十分応えられるよう、令和3年度の開園に向けて鋭意取り組んでいきます。

スポーツ振興

令和9年の長野国体において、ソフトテニスの上田市で開催されることが内定していることから、新テニスコートの整備について、先月、上田市スポーツ推進審議会に諮問しました。施設の集約化とともに、効率的な利用環境や施設運営も踏まえながら、大規模大会の開催が可能な施設として整備を目指します。

12月市議会定例会で提案説明を行う土屋市長(11月25日)



地域防災力強化

11月13日、横浜市において第24回全国女性消防ポンプ操法大会が開催され、上田市消防団女性消防隊が「軽可搬ポンプ操法」の部に長野県代表として出場しました。全国の強豪が集う中、初出場ながら47チーム中16位と健闘されました。このような活躍に心から敬意を表するとともに、今回の大会の経験を今後の地域防災力の向上に活かしていただければと考えています。

動画はこちら



市ホームページ



提案説明はインターネットで動画・全文をご覧ください

「広報うえだ」に関するアンケート

広報うえだは、昨年5月から月1回16日発行に変わり、デザインを一新し、特集記事の充実を図ってきました。一新から半年が経過し、よりよい広報紙となるよう、市民の皆さんの声をお聞きするために、下記のとおりアンケート調査を実施します。皆さんのご意見やご要望をお寄せください。

●**募集期間** 2月14日(金)まで

●**提出方法** 以下の設問のお答えを記入の上、下記へFAX、または郵送(〒386-8601 住所不要 広報シテプロモーション課宛)で。市ホームページ内「広報うえだ」からも回答いただけます。

回答は
こちらから



●設問

- 1 性別 ①男 ②女
- 2 年齢 ①19歳以下 ②20代 ③30代 ④40代 ⑤50代 ⑥60代 ⑦70歳以上
- 3 広報うえだを読む頻度 ①毎号読む ②だいたい読む ③たまに読む ④読まない
- 4 今後、特集で取り扱ってほしい分野(複数回答可)
 - 4-1 ①健康 ②福祉 ③子育て ④防災 ⑤ごみ ⑥雇用 ⑦スポーツ ⑧文化 ⑨商工業 ⑩農林業 ⑪人権 ⑫交通 ⑬教育 ⑭その他(自由記述)
 - 4-2 具体的な内容
- 5 情報アラカルト(お知らせ・募集・イベント・講座教室等)について
 - 見やすさ ①とても見やすい ②見やすい ③見にくい ④とても見にくい
 - 情報量 ①とても多い ②やや多い ③ちょうどよい ④やや少ない ⑤とても少ない
 - 情報アラカルトに対するご意見・ご要望・ご感想(自由記述)
- 6 その他、広報うえだに対するご意見・ご要望・ご感想(自由記述)

●**その他** いただいたご意見は今後の参考にさせていただきますが、個別回答はしませんのでご了承ください。

☎ 広報シテプロモーション課 TEL71・8080 FAX22・4131

台風19号の影響による被害を受けられた方対象 所得税の雑損控除等に関する相談会

昨年の台風19号による災害等で、住宅や家財などに被害を受けられた方は雑損控除等の適用により、令和元年分の所得税等の全部、または一部が軽減される場合があります。次のとおり申告相談を開催しますので、相談ください。

●**日時** ①1月27日(月)・②1月28日(火) 10:00~16:00

●**場所** ①サントミュージゼ 1階多目的ルーム ②丸子地域自治センター 4階講堂

●**詳細** 雑損控除等に関する相談や当日の持ち物は、上田税務署(Tel22・1234)に問い合わせください。

「市・県民税」、「所得税及び復興特別所得税」 の申告が始まります

2月1日付で自治会を通して各世帯に配布予定の「令和2年度市民税・県民税申告の手引」で申告期間や会場を確認の上、忘れずに申告をしましょう。

☎ 税務課 TEL23・5115

関係自治体の皆さんの あたたかい心

昨年の台風19号の災害復興のため、姉妹都市等の関係自治体から職員の派遣を受けて、各地域自治センターで各種業務をサポートいただきました。改めて感謝申し上げます。

●武石地域

●東京都練馬区(姉妹都市)
11月11日(月)~12月26日(休)

●真田地域

●兵庫県豊岡市(姉妹都市)
11月11日(月)~1月30日(休)

●木曾町 11月18日(月)~11月22日(金)

●駒ヶ根市 11月25日(月)~12月6日(金)

●伊那市 12月9日(月)~12月13日(金)



「ながの子育て家庭優待パスポート」・ 「多子世帯応援プレミアムパスポート」が 更新になります

子育て世帯が買い物の際に割引など各種サービスを受けることができる「ながの子育て家庭優待パスポート」、「多子世帯応援プレミアムパスポート」が3月31日(火)に有効期限を迎えます。1月下旬から順次、対象世帯の世帯主宛てに新しいパスポートカード(文字がピンク色)を郵送します(すでに新しいカードが手元にある方には郵送されません)。新しいカードは手元に届いた時点から使うことができます。現在お使いのカードは、各家庭で破棄してください。

この事業は、子育て世帯を応援したい協賛店舗のご厚意で成り立っています。パスポートに同封する利用案内をよく読んで、ルールを守って利用しましょう。

ながの子育て家庭優待パスポート

●**対象** 18歳未満の子どもが1人以上いる世帯、
または妊婦さんがいる世帯

●**有効期限** 令和6年3月31日

※一番年下の子どもが満18歳に達した場合はその年度末まで

多子世帯応援プレミアムパスポート

●**対象** 18歳未満の子どもが3人以上いる世帯

●**有効期限** 令和6年3月31日

※対象年齢の子どもが2人以下になると使用できなくなります。

☎ 子育て・子育て支援課 TEL23・5106



協賛店検索サイト



上田市役所
丸子地域自治センター
真田地域自治センター
武石地域自治センター

知
お知らせ

公有地を売却します

- 売却物件(所在地/地目/面積/最低売却価格)
 - 天神四丁目1987番2/宅地/73.06㎡(約22坪)/456万6000円
 - 塩川字松葉1485番1/宅地/2962.26㎡(約90坪)/651万7000円
- 売却方法 一般競争入札により、最低売却価格以上かつ最も高い価格で入札された方に売却します。
- 申込日時 1月16日(休)~31日(金)の午前8時30分~午後5時15分(土日曜日、祝日を除く)
- 申込場所 上田市土地開発公社(市役所分室2階)
- 入札日時 2月17日(月)午後1時30分~
- 入札場所 市役所東庁舎1階 第一会議室
- その他

要介護等認定者に
所得控除用の書類を発行

要支援・要介護認定を受けていて、基準に該当する方に、次の所得控除用の書類を発行します。対象になるかなど問い合わせ先へ相談ください。

障害者控除対象者認定書

障害者手帳などをお持ちでなくても障がい者に準ずる状態と認められ、障害者控除を受けられる書類。

●対象 65歳以上で、要介護等認定に係る資料から、市で定める障がい者に準ずる状態であることが確認できる方

おむつ使用証明書に代わる主治医意見書内容確認書

成人用おむつの購入費を医療費控除の対象として認めるために必要な書類。

●対象 おむつ代の医療費控除を受けるのが2年目以降で、要介護認定に係る主治医意見書から、寝たきりの状態で、かつ尿失禁の可能性があると確認できる方
※初めておむつ代の医療費控除を受

●物件の詳細、入札に関する説明書および入札申込書は、左記窓口、または市ホームページにあり。
●現地説明会は実施しません。現地確認は各自で行ってください。
問 上田市土地開発公社
TEL 22・3415

ける場合は、医師の作成するおむつ使用証明書で控除を受けてください。
問 高齢者介護課
TEL 23・5140
問 市民サービス課
TEL 42・0092
問 市民サービス課
TEL 72・4700
問 市民サービス課
TEL 85・2119

消費生活センターからの
注意喚起情報

消費生活センターに寄せられている相談から、特に注意が必要な相談事例と、対策のポイントをお伝えします。

事例

●大手電話会社の代理店を名乗る事業者から2020年以降、アナログ回線が廃止される。今の固定電話が使えなくなるので、光回線に切り替えなさいかと電話があった。不審に思い断ったが、この事業者の言っていることは本当か？
●消費生活相談員からのアドバイス NTT東日本とNTT西日本は2024年以降、固定電話のIP網移行に伴い、電話会社内の設備の切り替えを予定しています。設備切替後も固定電話はそのまま使つことができるため、手続きや工事などは不要です。

2月は児童手当・特例
給付の支給月です

令和元年10月から令和2年1月分までの児童手当・特例給付を2月10日(月)に指定口座に振り込みます。通帳を記載してご確認ください。お子さんが生まれたときや、中学生以下の児童を養育している方が市内へ転入したときなどは、申請手続きが必要ですが(公務員の方は勤務先に問い合わせください)。申請されていない方には手続きがあるまで支給することができませんので、早めの手続きをお願いします。受給資格など不明な点がありましたら、左記へ問い合わせください。

この設備切替に便乗し、固定電話が使えなくなるといった言葉で営業をしてくる業者に注意しましょう。よく分からなければその場で返事をせず、家族や周囲の人に相談しましょう。
問 上田市消費生活センター
TEL 75・2535

信州上小森林組合が消防団
協力事業所表彰を受賞

市内の信州上小森林組合が日頃の消防団活動への協力を評価され、長野県消防団協力事業所等知事表彰を受賞されました。
市では、消防団員の確保と地域防災力の強化を目的として「消防団協力事業所表示制度」を設け、87事業所を認定しています。認定事業所は、団員を一定数雇用し、消防団活動に配慮するなど積極的に協力いただいています。

活動にご協力いただける事業所を随時募っていますので、詳細は左記へ問い合わせください。
問 消防総務課 TEL 26・0119



令和2年度採用
保育サポーター募集

●勤務期間 4月1日(令和3年3月31日)
※勤務実績により継続雇用あり
●勤務場所 市内公立保育園、または公立幼稚園(2~3園を担当)
●勤務内容 園舎や園敷地の宮繕・整備、園児との交流、園行事のサポートなど
●勤務条件
●休園日を除く月々金曜日(年間200日程度)、1日6時間
●社会保険、雇用保険、労災保険などに加入
●賃金等は、上田市会計年度任用職員給与及び費用弁償に関する条例に基づき支給
●応募資格
●普通自動車運転免許を保持し、子どもとの触れ合いが好きで、心身ともに健康な方
●提出書類 履歴書(写真付)
●応募方法 2月7日(日)までに、履歴書を左記へ郵送(〒386-10012 上田市中央6-15-39 保育課宛)、または持参してください。書類選考後、面接日時を電話連絡しますので、連絡先を必ず記入してください。
問 保育課 TEL 23・5132

上田創造館の臨時休館

定期清掃のため、2月3日(月)は臨時休館します。
問 上田創造館 TEL 23・1111 (政策企画課)

募
募集

長野県民交通災害共済
令和2年度加入者募集

交通事故でけがをしたり、亡く

お知らせ
上田市歴史文化
基本構想説明会を開催します

各地域で大切にされてきた文化財を今後どのように保護し活かしていくかを示した「上田市歴史文化基本構想」の説明会を行います。説明会でいただいたご意見やご感想は、来年度以降予定している、この構想をより具体化させた「上田市文化財保存活用地域計画」策定の参考にさせていただきます。

各地域に合わせた内容で行います。お住まいの地域で、ぜひご参加ください。

●地域・日時・場所

地域	期日	時間	場所
丸子	2月5日(休)	19:00~	丸子公民館
真田	2月7日(金)		真田中央公民館
中央	2月12日(休)		中央公民館
西部	2月13日(休)		西部公民館
神科・豊殿	2月18日(火)		上野が丘公民館
塩田	2月21日(金)		塩田公民館
川西	2月25日(火)		川西公民館
城南	2月27日(休)		城南公民館
武石	3月3日(火)	武石地域自治センター	

- 料金 無料
- 申し込み 不要

問 生涯学習・文化財課 TEL 23・6362

なつたときに見舞金を支給する共済制度です。
●会員期間 4月1日(中途加入は会費納入日の翌日)~翌年3月31日
●対象 市内在住の方(市内在住者の被扶養者で、就学のため市外に居住している方も加入可)
●会費 400円/人(小・中学生は、学校を通じて団体加入します。100円/人)
●申し込み 2月上旬に郵送、または自治会を通じて配布する申込書に必要事項を記入の上、会費を添えて自治会(3月中旬頃まで)、生活環境課または各地域自治センター窓口(随時)、市内の金融機関(ゆうちょ銀行・郵便局を除く)へ提出。申込書が届かない場合は、左記へ問い合わせください。
●その他 次の方は、市で会費を負担するため申込不要です。
●平成26年4月2日以降に生まれた未就学児童
●令和2年4月1日時点で次に該当される方(未加入者で、4月2日以降に該当された方は別途申請が必要ですので、左記へ問い合わせください)
●生活環境課 TEL 22・4140

上田市地域協議会の委員を募集

上田中央、上田西部、上田城南、神科・豊殿、塩田、川西、丸子、真田、武石の9地域協議会の委員を募集します。

●審議会の内容 対象地区に関する市の求めに応じた審議等を行います。

●応募資格 対象地区に住所を有する20歳以上の方(公募により審議会へ参画できるのは1人1審議会まで)

●募集人数 若干名(各地域協議会ごと)

●任期 委嘱の日から2年間

●報酬 市の規定に基づき支給

●応募場所 問い合わせ先、または各地域自治センター

●応募方法 1月31日(金)までに、申込書(応募場所、または市ホームページ)へ提出

1月分 市税等の納期限

- 市県民税 第4期
- 国民健康保険税 第7期
- 後期高齢者医療保険料 第7期
- 介護保険料 第7期

1月31日(金)までの納付をお願いします。

☎ 収納管理課 TEL23-5117

ページにありに必要事項を記入の上、応募場所に提出。後日面接により決定します。

☎ 市民参加・協働推進課 TEL75・2230

自動販売機の設置業者を募集

市の施設に自動販売機を設置する事業者を募集します。設置事業者は見積もり合わせにより決定します。

●申請方法 1月16日(木)～2月14日(金)の午前8時30分～午後5時15分に、必要書類を左記窓口へ持参、または郵送(〒386-8600)

住所不要 財産活用課宛。必着)で。詳細は左記で配布する募集要項、またはホームページをご覧ください。

☎ 財産活用課 TEL23・5114



県営住宅入居者統一募集

上田市、東御市にある県営住宅の入居者を募集します。

●住宅見学会 2月6日(木)

●申込日時 2月12日(水)～21日(金) 月・火・水・金・日曜日/午前8時

温泉とスポーツ・健康に関する研究に係るモニター募集

鹿教湯温泉の活性化に役立てるための研究に参加していただけるモニター(ボランティア)を募集します。

●期間 2月24日(月)～26日(水)の3日間

●場所 鹿教湯病院講堂 ほか

●内容 健康診断運動プログラム、

30分～午後5時15分 木曜日/午前8時30分～午後7時 土曜日/休館

●申込場所 長野県住宅供給公社上田管理センター(上田合同庁舎南棟内)

●抽選会 3月5日(木)午後1時30分から上田合同庁舎南棟2階会議室で開催します。

●詳細 2月初旬に公社ホームページへ掲載します。

☎ 長野県住宅供給公社 上田管理センター TEL29・7010



令和2年 春季自衛官等募集

◇予備自衛官補(一般・技能)

社会人や学生生活を送りながら予備自衛官を目指すコースです。

●身分 非常勤の特別職国家公務員

●応募締切 4月10日(金)

●受験資格

一般/18歳以上34歳未満の方 技能/18歳以上で国家資格等を有する方(資格により、年齢の上限は53歳未満/55歳未満)

●試験日 4月18日(土)～22日(月)の指定する1日

自衛官候補生

任期制自衛官として任期満了時に、継続か退職か自己を見つめ直すチャンスがある制度です。

●応募期間 年間を通じて受付

●受験資格 18歳以上33歳未満の方

●試験日 2月8日・29日、3月7日の土曜日のいずれか1日

◇共通事項

詳細は自衛官募集ホームページをご覧ください。



☎ 自衛隊長野地方協力本部 上田地域事務所 TEL22・5267

パブリックコメント(市民意見公募)

◇「上田市協働のまちづくり指針」の見直し(案)

参加と協働による自治の推進を目指して策定した指針の見直し案

●募集期間 1月31日(金)～2月29日(土)

●公表場所 市ホームページ、市民参加・協働推進課(市役所本庁舎2階)、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

●提出方法 記入用紙(公表場所にあり)に住所、氏名、電話番号

〈広告欄〉

JICA海外協力隊春募集説明会

●日時 2月1日(土)午後2時～4時

●場所 サントミューゼ 多目的ルーム

●内容 「災害復興支援ボランティア」と海外ボランティアをテーマとした元青年海外協力隊員によるパネルディスカッション、説明会、相談会

●料金 無料

●申し込み 不要

☎ 駒ヶ根青年海外協力隊 訓練所(岡田) TEL0265・82・6151

☎ 秘書課

☎ 産業観光課

※宿泊は、別途各旅館への申し込みが必要です。

☎ 温泉とスポーツ・健康に関する研究窓口(斎藤ホテル内/井出、三沢) TEL45・3121



ご寄付をいただいた皆様、ありがとうございました。厚くお礼申し上げます(11月分)。

- ◇株式会社野村屋様 洗濯機1台/川辺保育園へ
- ◇神科小学校PTA様 古布/市立産婦人科病院へ
- ◇上田ロータリークラブ様 現金 30万円/子どもたちの教育資金として
- ◇高橋広平様

高橋広平写真集「雷鳥～Messenger from God, who wearing scenery～」J44冊 /市内小・中学校、図書館へ

- ◇青木運輸倉庫株式会社様 防火水槽1基/地域の消防活動のため
- ◇ふるさと寄附金

(5万円以上の方を紹介しています)

高橋和良様、竹内敬吾様、高野義夫様、内堀大志様、服部宏久様、清水繁喜様、佐藤之俊様、松下和揮様、佐々木ゆきこ様、丸山正一様、正村智明様、武内忠志様、宮石誠二様、高橋昌史様、秋山泰伸様、児玉克敏様、高野早月様、矢野賀也様、石田哲也様、太田知子様、赤尾眞理様、筒井重治様、有限会社東郷堂様、NPO法人静岡交響楽団様、全国友の会様、君津市職員組合様、宮下賢歌謡教室様、海野町商店街振興組合・商店街振興組合うえだ原町一番街商店会・上田市松尾町商店街振興組合様、メルシャン株式会社シャトー・メルシャン様、エコ・サポート21様

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 2月1日(土) 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、一か月以上あるもの
- 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2018年産以降のもの)

☎ 上田明照会上田ともいき処

TEL27・6640
☎ フードバンク信州 TEL026・219・3215

☎ 福祉課

〈広告欄〉

施設イベント

上田図書館

TEL22・0880 月曜日休館

上田社会教育大学 40周年記念連続講座

社会教育大学で学んだ受講生を講師とした連続講座の4回目です(全9回)。

- 日時 2月22日(土) 13:30~
- 演題 近世旅人の所持品について
ー上田原町問屋文書ー
- 講師 小山ますみ氏
- 定員 50名程度
- 申し込み 1月25日(土)以降、電話、または直接窓口へ。
- 詳細 チラシ(上田図書館、または市ホームページにあり)をご覧ください。

おはなしと本の会

おはなしざしきわらしの会の皆さんによる、おはなし・わらべうたです。

- ◇上田図書館
- 日時 2月8日(土) 10:30~
- ◇創造館分室
- 日時 2月22日(土)
未就園児/10:30~
園児・児童/11:00~

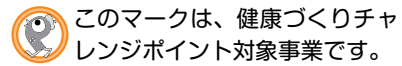


本のリサイクル市

図書館で不用になった本やご家庭から提供いただいた本を無料でお譲りします。

- 日時 2月29日(土) 10:00~11:30
(整理券配布 9:00~)

- 場所の記載がないイベントは、文頭の各施設で実施します。
- 定員、料金、申し込みの記載がないものは、「定員なし」、「無料」、「申込不要」です。



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。

- 場所 上田創造館 1階第2会議室
- その他 ご家庭で読み終えた本(全集、百科事典、書き込みや傷み・汚れのある本は除く)がありましたら、2月21日(金)までに上田図書館へお持ちください。

上田情報ライブラリー

TEL29・0210 火曜日休館

おはなし会

◇幼児と楽しむ ことばと遊ぶ

おはなしの会
表現を楽しむ会の皆さんによる、パネルシアターや大型絵本の読み聞かせです。

- 日時 2月2日(日) 11:00~11:30
(開場 10:45)
- 内容 パネルシアター「すてきな帽子屋さん」ほか
- 対象 幼児~小学3年生

ごきげんな毎日のための コミュニケーションのすすめ

幸せな毎日を過ごすために、家庭でも仕事でも生かせる効果的なコミュニケーションの取り方を考えてみませんか。みんなで学び合う参加型セミナーです。

- 日時 2月13日(木) 18:30~20:00
(開場 18:20)
- 講師 中島真紀氏(コーチング講師)
- 定員 先着20名
- 料金 500円(資料代)
- 持ち物 筆記用具
- 申し込み 1月24日(金)以降、電話で。

津軽三味線&民謡コンサート

- 日時 2月15日(土) 18:45~
(受付18:15~)
- 出演 小山貢深(津軽三味線小山流師範)
小山溪泉(津軽三味線小山流名取り)
- 定員 先着50名
- 料金 1,200円(前売り1,000円。高校生以下無料、要事前申込)
- 申し込み 1月22日(土)以降、電話で。

人生の主人公になろう! 「こころ」と頭の実用セミナー

今日から使える人生の技術を学ぶ参加型セミナーです。

- 日時 2月19日(木) 18:30~20:10
(開場 18:20)
- テーマ 変化に負けない「こころ」をつくる
- 講師 中澤武氏(哲学者)
- 対象 18歳以上
- 定員 先着20名
- 料金 500円(資料代)
- 持ち物 筆記用具
カラーペン(お持ちの方)
- 申し込み 1月23日(土)以降、電話で。

生花のフラワーアレンジメント講座 桃の花に春を感じて

3月の桃の節句にちなんだフラワーアレンジメント講座を開催します。

- 日時 2月29日(土) 13:30~15:30
(受付 13:00~)
- 場所 上田駅前ビル・パレオ 2階会議室
- 講師 関口篤佳氏

(勅使河原和風会・青い鳥主宰)

- 定員 先着20名
- 料金 2,000円(材料費など)
- 持ち物 花ばさみ、作品用袋、ごみ袋
- 申し込み 1月29日(土)以降、電話で。

丸子図書館

TEL42・2414 月曜日休館

おはなし会

キャンディぽけっとの皆さんによるパネルシアターや大型絵本です。

- 日時 2月15日(土) 10:30~

真田図書館

TEL72・8080 月曜日休館

おはなし広場

ミミールの会の皆さんによる紙芝居と鳴沢今日子さんによる折り紙教室です。

- 日時 2月15日(土) 10:30~

第2回 真田図書館ボランティア講座

図書館に興味のある方を対象に、図書館ボランティア講座を開催します。

- 日時 2月6日(木) 13:30~15:30
- 内容 本の簡単な修理、カバー掛けなどの基礎的な実習
- 申し込み 電話で。



〈広告欄〉

市立博物館

TEL22・1274
水曜日・祝日の翌日・2月25日(土)休館

春季展「上田のひな人形」

地域の雛人形から、江戸時代の享保雛・古今雛や昭和初期のものを展示します。

- 日時 2月8日(土)~3月22日(日)
8:30~17:00(入館は 16:30まで)
- 料金 300円(高校・大学生200円、小・中学生100円。障がい者およびその介助者は無料。団体割引あり)

信濃国分寺資料館

TEL27・8706 水曜日・祝日の翌日休館

上小仏教文化研究会 研究発表会

上小仏教文化研究会の寺社に関する研究成果を、信濃国分寺資料館と共催で発表します。

- 日時 2月9日(日) 13:30~15:30
- 場所 信濃国分寺資料館 講堂
- 内容/講師 「御仏の眼指」
横沢瑛氏(東信史学会会長)
「上田藩政と領内の寺社」
寺島隆史氏(東信史学会)
- 定員 先着40名(当日先着順)

武石ともしび博物館

TEL85・2474
12月28日(土)~令和2年3月31日(土)休館

アイスクャンドル祭り

空気の澄んだ冬空のもと、アイスクャンドル、LED等900個の明かりが幻想的な世界を演出します。温かい豚汁の振る舞いや、

児童館、消防団などによるイベントも行われます(祭り当日のみ開館)。

- 日時 2月1日(土) 18:00~20:00
- その他 温かい服装でお越しください。

信州国際音楽村

TEL42・3436 FAX42・3948
info@ongakumura.jp 月曜日休館

新春寄席

イベント終了時にはお年玉プレゼントの抽選会も予定しています。

- 日時 1月26日(日) 14:00~
(開場 13:30)
- 出演 昔昔亭桃太郎、瀧川鯉昇、春風亭柳若、昔昔亭全太郎
- 料金 2,500円(小・中学生1,500円。前売り各500円引)
- プレイガイド 施設窓口



女子会2020冬

音楽を歌って楽しく食事をして交流する女性対象のイベントです。童謡、唱歌など一緒に楽しく歌いましょう。

- 日時 2月22日(土) 11:00~
- ナビゲーター 鶴木絵里(オペラ歌手・二期会会員)
多田聡子(ピアニスト)
- 料金 3,000円
- 申し込み 事前に直接施設窓口へ。



多田聡子 鶴木絵里

施設イベント

信州国際音楽村

TEL42・3436 FAX42・3948
info@ongakumura.jp 月曜日休館

Brass BReeZe +plus+ 長野公演

金管五重奏に打楽器が加わることでよ
り、吹奏楽、オーケストラにも引けを取
らない迫力のサウンドのアンサンブル
「Brass BReeZe(ブラズブリーズ)」初の
地方公演です。

●日時 2月23日(日・祝) 14:00~
(開場 13:30)

●出演
間間健太・古土井友輝(トランペット)、
小田原瑞輝(ホルン)、小篠亮介(トロン
ボーン)、棚網遊太(チューバ)、峯崎圭
輔(ドラム&パーカッション) ほか

●料金 3,000円、
学生2,000円(大学生含む)

すいせん祭り ボランティアスタッフ募集

すいせん祭り開
催に当たっての新
規ボランティアを
募集します。気軽
に楽しくをモッ
トーにお花に囲まれながら一緒に活動して
みませんか?

●期日 3月下旬~4月中旬のすいせん祭
開催中の任意の一日(参加者それ
ぞれの希望に合わせて決定)

●場所 すいせん畑
●内容 来場者の案内や花摘みなどイベ
ントブースの補助

●申し込み 電話、または直接窓口へ。
●詳細 問い合わせください。

●場所の記載がないイベントは、文頭の各施設で実施します。
●定員、料金、申し込みの記載がないものは、「定員なし」、「無料」、「申込不要」です。

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。

マルチメディア 情報センター

TEL39・1000 FAX39・1010
info@umic.jp 水曜日休館

十勇士パソコンクラブ公開教室 「PK戦ボードを作ろう」

マイコン「IchigoJam」(イチゴジャム)
に載せて動かす、サッカーのPK戦が遊
べる基板を、ハンダ付け工作&プログラミ
ングします。作ったPK戦基板は持ち帰れま
すが、IchigoJamは持ち帰りできません。
自分のIchigoJamを持っている方はご持
参ください。

●日時 2月11日(火・祝) 13:00~15:00
●対象 小学4年生~大人まで
●定員 先着20名
●料金 1,000円
●申し込み 1月26日(日)以降、電話で。

Word初心者講座2日間コース

Wordを基礎から学びたい方の講座で
す。文字入力の基本、ビジネス文書の作成、
表やイラストのある文書を作成する方法を
学びます。

●日時 2月27日、3月5日の木曜日
13:30~16:00
●内容 Wordの基本操作、文章のレイ
アウト、表の作成、図表イラストの
利用
●対象 文字入力のできる方
●定員 先着20名(最少催行人数5名)
●料金 3,820円(テキスト代込)
●申し込み 2月6日(日)以降、電話で。

Excelマクロ・VBA入門 4日間コース

マクロの作成と編集、変数の使い方、制
御構造を学びます。

●日時 3月14日・21日・28日、4月4日
の土曜日 9:30~12:00
●対象 Excel中級者でこれからVBAプロ
グラミングを始めたい方
●定員 先着20名(最少催行人数5名)
●料金 7,360円(テキスト代込)
●申し込み 2月22日(日)以降、電話で。

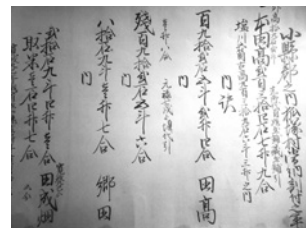
上田市公文書館

TEL75・6682 FAX75・6683
kobunshokan@city.ueda.nagano.jp
月曜日・祝日の翌日休館

第一回公文書館講座 「一年貢割付状と自然災害」

収蔵史料である丸子地域の狐塚村年貢割
付状をテキストに、江戸時代の生活や災害
について読み解きます。

●日時 2月13日(木) 13:30~15:00
●講師 堀内泰氏(上小郷土研究会会長)
●定員 先着20名
●持ち物 筆記用具
●申し込み 1月21日(火)以降に、住所、氏
名、電話番号を電話、FAX、
またはメールで。



エコ・ハウス(上田クリーンセンター内)

TEL23・5144
(受付時間:月~金曜日10:00~16:00)

エコ・ハウスで古着を 回収します

ボランティア団体「エコ・サポート21」
で、家庭で不用となった古着等(まだ着ら
れる、または使える状態のものに限る)を
回収します。ビニール袋に入れてお持ちく
ださい。

●日時 2月7日(金) 10:00~12:00

エコ・ハウスの 「わくわく講座」

不要なものがリサイクルやリフォームで
生まれ変わる楽しさを体験しませんか。

◇着物地から前開きベスト作り

●日時 2月13日(木)・20日(木)
10:00~15:00
●定員 先着8名
●料金 100円/回(別途材料費)
●持ち物 ほどいた着物、裁縫用具、型紙
用紙、昼食
●申し込み 2月3日(月)以降、電話で。

不用品交換情報

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(無料)。

●ゆずります ホットカーペット(3帖)
/電気ストーブ(足元用)/和ダンス/
座卓(長方形)/バスケットゴール/ス
ノーボード/スキーセット(女性)/ペッ
トゲージ(2段)/テレビ台/ダウンジャ
ケット(男性M)/VHSテープ(日本昔ば
なし、美しき日本のうた)/座布団
●ゆずってください 電気釜(5合)/プ
ルーレイDVDレコーダー/冷蔵庫(2ド
ア)/VHSビデオレコーダー/掃除機/

剣道防具一式(小学生)/石臼/臼と杵
※12月2日時点の登録状況
です。最新の情報は、市
ホームページに掲載して
いますのでご覧ください。



催し

みんなで楽しむ 木管五重奏の世界

上田プラスフェスト実行委員会
TEL050・5361・0462(高木)

子どもから年配の方まで誰もが楽しめる
参加型コンサートです。終演後に楽器体験
コーナーも開催します。

●日時 2月24日(月・振休) 14:00~
(開場 13:30)

●場所 上野が丘公民館

●プログラム
山の音楽家じゅんぱん協奏曲
2020応援ソング「パプリカ」
カルメンファンタジー
川の流れるように ほか

●出演
羽生田聖子(フルート)
石井聡恵(オーボエ)
川合大地(クラリネット)
古越恵美(ホルン)
田中信証(ファゴット)

●定員 200名程度
●料金 1,000円(小中学生・高校生500
円、未就学児無料、全席自由)
●申し込み 住所、氏名、電話番号を電話、
またはメール(ueda.brass.fest@
gmail.com)で。

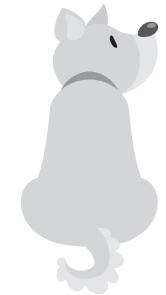
(市民参加・協働推進課)

保護犬の譲渡会

犬の命を守る会「わんわんライフ」(日比)
TEL090・3081・5047

●日時 2月23日(日・祝)
11:00~14:00(雨天決行)
●場所 上田道と川の駅おとぎの里
●その他 当日の譲渡はできません

(生活環境課)



休日農地相談会

農業委員会事務局 TEL23・5466

農地の売買・賃借・転用・相続など、農地
に関する疑問に農業委員・農地利用最適化
推進委員が相談に応じます。農地の場所や
面積など相談内容が分かる書類をお持ちく
ださい。

●期日/会場(対象地域)

●2月16日(日)
/上野が丘公民館(豊殿、神科)
●2月22日(土)
/城南公民館(浦里、室賀、城下、川辺、泉田)
●2月23日(日・祝)/塩田公民館(塩田)
●2月29日(土)
/中央公民館(上田、塩尻、神川)
/丸子文化会館(丸子)
●3月1日(日)
/真田地域自治センター(真田)
/武石地域自治センター(武石)
●時間 9:00~12:00

催し

上田氷灯ろう夢まつり

☎ 信州上田まつり実行委員会事務局
(☒ 観光課内) TEL23・5408

東京オリンピック・パラリンピックの機運醸成と台風19号による災害からの復興を願い、ライトアップと氷灯ろうで冬の別所温泉を幻想的に彩ります。今年は、長野灯明まつりと連携し、日本を代表する照明デザイナー石井幹子氏が善光寺を5色のオリンピックカラーの光で、また北向観音堂を3色のパラリンピックカラーの光でライトアップします。2月7日(金) 17:30から北向観音堂で点灯式を行います。

- 期間 2月7日(金)～11日(火・祝)
- 時間 氷灯ろう／16:30～21:00
(ロウソクの灯が消えるまで。荒天中止)
ライトアップ／18:00～21:00

第3回抱っこdeライブ

☎ 丸子公民館 TEL42・3147 FAX42・0303

お子さんと一緒に楽しめる演奏会です。妊婦さんの来場も大歓迎です。

- 日時 3月4日(水)・6日(金)
10:30～11:30(開場 10:00)
- 場所 信州国際音楽村
生涯学習の里研修センター
- 出演 成田真生(ピアノ)
徳谷満子(フルート・オカリナ)
- 対象 市内在住の未就園児親子
- 定員 先着30組
- 料金 100円/組(当日徴収)
- 申し込み 2月10日(月)以降、住所、氏名、電話番号を電話、またはFAXで。

- 場所の記載がないイベントは、文頭の各施設で実施します。
- 定員、料金、申し込みの記載がないものは、「定員なし」、「無料」、「申込不要」です。

☯ 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。

第19回うえだ子ども文化祭

☎ 上田市文化少年団事務局
(☒ 交流文化スポーツ課内) TEL75・2005

上田市文化少年団に加盟する11団体の子どもたち約400名が参加・出品します。子どもたちが舞台上で、また展示の場で輝く姿をぜひご覧ください。

- 日時 2月8日(土) 13:00～16:00
(展示のみ)
2月9日(日) 13:30～16:30
(展示・舞台発表。開場13:00)
- 場所 サントミュージゼ
大ホール(舞台)、ホワイエ(展示)



自然エネルギー上小ネット 第42回情報交流会

☎ 自然エネルギー上小ネット(末広)
TEL090・1533・2072

自然エネルギーと省エネの啓発・実践をしている産学官の協議会が主催するセミナーです。自然災害や想定外の事態が発生した際、適切な行動、意思決定をするためには、事前に行動計画の作成と訓練が必要であることから、中・小規模企業向けの事業継続計画(BCP)の策定に関して学びます。

- 日時 2月8日(土) 13:30～16:00

- 場所 上田駅前ビル・パレオ 2階会議室
- 対象 中・小規模企業の経営者や社員、事業継続に興味のある方
(☒ 生活環境課)

地域福祉推進フォーラム

☎ ☒ 福祉課 TEL71・8081

市では地域福祉計画を策定し、住み慣れた地域で、共に支え合い、生きがいを持ち、健康で安心して生活できる社会の実現を目指しています。今年も「我が事・丸ごと」地域共生社会を実現しよう』をテーマにフォーラムを開催します。

- 日時 2月26日(水) 10:30～12:30
(受付 10:00～)
- 場所 サントミュージゼ 大ホール
- 内容
 - 基調講演「地域共生社会の実現に向けた地域福祉の推進について」
 - パネルディスカッション
こたもりのと 谷田盛人氏
(長野大学社会福祉学部准教授)

環境フォーラム

☎ ☒ ごみ減量企画室 TEL22・0666

生ごみの減量・再資源化について考えてみませんか。

- 日時 2月9日(日) 13:00～
- 場所 サントミュージゼ 小ホール
- 演題 「有機性廃棄物の地域循環～生ごみの利用を考える～」
- 講師 ふじわらしげるくろう 藤原俊六郎氏
(Office Fujiwara 代表)

第34回 みんなの人権セミナー第2講座

☎ ☒ 地域教育事務所 TEL42・6682

漫才で笑わせる楽しさを知り、いじめを克服した講師の経験から導き出したコミュニケーション論をお伝えします。

- 日時 2月19日(水) 18:15～
- 場所 丸子文化会館 小ホール
- 演題 「まずは気づく事が…
笑いがつなぐ人権の輪」
- 講師 桂花園治氏(落語家)

学生と地域の コラボミーティング2020

☎ まちなかキャンパスうえだ TEL/FAX75・0065
✉ info_mcu@email.plala.or.jp

まちなかキャンパスうえだを利用する大学生等が取り組んでいる活動の報告や、学生たちの夢の実現に向けて、地域の方とのディスカッションを行います。新たな視点で地域を見つめる機会に、ぜひご参加ください。

- 日時 2月2日(日) 14:00～17:00
- 場所 まちなかキャンパスうえだ
(中央2-5-10 丸陽ビル1階)
- 定員 先着30名
- 申し込み 1月21日(水)以降、住所、氏名、電話番号を上記へ電話、FAX、またはメールで。
(☒ 学園都市推進室)

インターンシップ・ ワールドカフェ

☎ 上田職業安定協会 TEL22・4500
✉ syokugyou1@ucci.or.jp

上田地域の企業約10社の若手社員が集まり、カフェのようなリラックスした雰囲気の中でフリートークすることで、地域の産業や企業への理解を深め、効果的なインターンシップ参加となるようお手伝いします。

- 日時 2月10日(月) 13:30～16:30
(受付13:00～)
- 場所 上田商工会議所
- 内容 インターンシップで何が得られるか、上田地域で働くこと暮らすことは、インターンシップマッチング ほか
- 対象 大学院、大学、短大、専門学校の全学年の学生
- 定員 30名程度
- 申し込み 2月7日(金) 17:00までに氏名(ふりがな)、学校名、学部・学年、連絡先を問い合わせ先へ電話、またはメールで。
(☒ 地域雇用推進課)

行政書士無料相談会

☎ 長野県行政書士会上田支部 TEL25・8720

長野県行政書士会上田支部による無料相談会を実施します。

- 日時 2月15日(土) 9:00～12:00
- 場所 中央公民館 第1会議室
- 内容 農地転用、各種営業許可、相続、遺言、成年後見、外国人ビザ、自動車名義変更などの行政手続き
(☒ 生活環境課)



相続登記は お済みですか月間

☎ 長野県司法書士会 TEL026・232・7492

司法書士が、相続登記についての相談を無料でお受けします。

- 期間 2月3日(月)～28日(金)
(土・日曜日、祝日を除く)
- 時間 9:00～16:00
- 場所 長野県内の各司法書士事務所

- 内容 相続登記はしないといけないのか、土地の登記名義が先々代のままになっている、遺言について教えてほしい など
- 申し込み 相談する司法書士事務所へ直接問い合わせください。
(☒ 生活環境課)

ハローワークによる 求人説明会

☎ ハローワーク上田 TEL23・8609

企業の担当者から直接求人の内容が聞ける求人説明会を毎月開催しています。

- 日時 ①1月30日(水)・②2月27日(水)
14:00～15:30
- 場所 ①勤労者福祉センター
②上田創造館
- 対象 上田地域への就職を希望している方
- 詳細 上記へ確認してください。
(☒ 地域雇用推進課)

若者のための 就職相談ミニジョブカフェ

☎ ☒ 地域雇用推進課 TEL26・6023

学生をはじめ若年者の仕事に対する疑問や悩みを解決し、自分の進むべき道へ前進するため、専門のアドバイザーが相談に応じます。

- 期日 2月5日(水)・13日(水)・25日(火)、
3月4日(水)・12日(水)・24日(水)
- 時間 13:30～、14:30～、15:30～
(1相談につき50分)
- 場所 上田市就労サポートセンター
(勤労者福祉センター内)
- 対象 学生を含め40歳代前半までの求職中の方
- 申し込み 希望日の2日前(土・日曜日、祝日は除く)の17:00までに電話で。

催し

うへだ環境市民会議
環境講演会

生活環境課 TEL23-5120
SDGs(持続可能な開発目標)の取組は、身近なところで始まっています。SDGsで何ができるか考えましょう。

- 日時 2月15日(日) 13:30~
- 場所 中央公民館 第1会議室
- 内容 ①SDGsに関する講演
②SDGs取組事例の発表

- 講師
①長野県産業労働部産業政策課
②コムバックシステム㈱、信州元気塾、シスラボ・スエヒロ、長野県上田高等学校

講座・教室

防災講座

危機管理防災課 TEL21-0123
平成27年の関東・東北豪雨災害での実体験を通して、災害に対する日頃からの備えの大切さを学びます(手話通訳あり)。

- 日時 2月9日(日) 13:30~15:30
(開場 13:00)
- 場所 上田文化会館 ホール
- 演題 「水害対策で市民が取り組めること〜鬼怒川決壊で水没した町でのコミュニティ再建の試み〜」

- 講師 横田能洋氏
(助け合いセンター・ジュンクス代表)

●場所の記載がないイベントは、文頭の各施設で実施します。
●定員、料金、申し込みの記載がないものは、「定員なし」、「無料」、「申込不要」です。
●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。

結婚相談員向けセミナー

上田市結婚支援ネットワーク実行委員会
(移住交流推進課内) TEL21-0061
iju@city.ueda.nagano.jp

縁結びの支援・応援をしている結婚相談員やこれから支援しようと思っている方向けのセミナーです。応援のためのヒントが見つかります。

- 日時 2月16日(日) 9:30~11:30
- 場所 西部公民館 第5学習室
- 内容 幸せな結婚に導くための支援の仕方
- 講師 若井順子氏
(若井結婚センター代表)
- 対象 結婚を希望している方への支援をしている方、またはこれから支援しようと考えている方

- 定員 先着20名
- 持ち物 筆記用具
- 申し込み 1月22日(火)~2月10日(月)に、住所、氏名、電話番号を上記へ電話、またはメールで。



甲種防火管理再講習

消防予防課 TEL26-0029

甲種防火管理新規講習を修了した方のうち、収容人員が300名以上の特定防火対象物の甲種防火管理者に選任されている方が5年に1回受講する講習です。該当しているか等の詳細は、最寄りの消防署に問い合わせください。

- 日時 2月18日(火) 13:00~16:00
- 場所 中央公民館

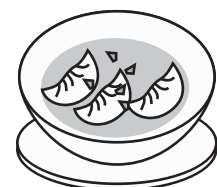
- 定員 先着80名
- 料金 2,000円
(上田地域防火協会会員1,500円)
- 持ち物 筆記用具
- 申し込み 1月20日(月) 9:00以降、消防予防課、または丸子・真田・東御・依田窪南部消防署窓口へ。

皮から作る本場の水餃子 & 中国茶の講座

市民プラザ・ゆう TEL27-2988

市内在住の中国籍の講師から、本場の水餃子の作り方と、中国茶の淹れ方を学べる講座です。

- 日時 2月1日(日) 10:00~13:30
- 場所 市民プラザ・ゆう
- 講師 李学斌氏、徐静氏
- 対象 市内在住・在勤・在学の方(小学生以上(小・中学生は要保護者同伴))
- 定員 先着12名
- 料金 1,300円(材料費込)
- 持ち物 エプロン、三角巾、ハンドタオル、タッパー2個(やや大きめのもの)、ビニール袋
- 申し込み 1月23日(日)以降、電話で。
- その他 家でもう一度作れるように、約2名分の餃子の皮と具のお土産が付きます。



〈広告欄〉

春から受講できる、シニア対象の学びの場

講座・教室

大学名	上田 市			長野 県
	高齢者学園	ことぶき大学	ことぶき大学院	シニア大学
特徴(内容)	仲間づくり、健康づくり、生きがいづくりに関する講義や実技を学び、クラブ、校外活動を行います。研修旅行あり。	文化、芸術、歴史、科学、健康、生活等の一般教養を学びます。また地域を支え、生きがいを持って生活していくための学習およびクラブ活動を行います。希望者による研修旅行あり。	文系・自然系の専門分野をグループワーク、フィールドワーク等で学びます。小論文を提出、または学習成果の発表により「修士学位記」を授与します。希望者による研修旅行あり。	[一般コース] 生きがいづくり、仲間づくり、社会参加のきっかけづくりを行います。 [専門コース] 長野学部(長野市)で開催。詳細は問い合わせください。
修了年数	3年 (年17日程度。火曜日、または木曜日)	4年 (月1回。主に金曜日)	2年 (月1回。1年生:火曜日、2年生:木曜日)	2年 (年15日程度。原則第2・4水曜日)
場 所	高齢者福祉センター	①中央公民館 ②上田創造館	中央公民館	上田合同庁舎ほか
入学資格	市内在住で60歳以上の方 ※ことぶき大学・シニア大学との併願、在籍者は不可。 ※平成28年度以前の学園卒業生は定員に余裕がある場合のみ再入学可(希望者は締切日翌日以降、要問い合わせ)。	市内在住で60歳以上の方 ※高齢者学園・シニア大学との併願、在籍者は不可。 ※ことぶき大学卒業生は定員に余裕がある場合のみ再入学可。	市内在住で60歳以上の方 ※高齢者学園・ことぶき大学・シニア大学の卒業生(卒業予定者含む)、または一般の短大・大学の卒業生。定員に余裕がある場合は東御市、青木村、長和町、坂城町の方も可。	おおむね50歳以上の方 ※高齢者学園・ことぶき大学との併願、在籍者は不可。
定 員	先着70名	①50名 ②30名 (応募多数時は抽選)	文系・自然系先着各30名	先着70名
料 金	無料 (自治会費、研修旅行費などは別途自己負担)	年額1,000円 (運営費、研修費などは別途自己負担)	年額1,000円 (運営費、研修費などは別途自己負担)	年額1万2,000円 (教材費、自治会費などは別途自己負担)
申し込み	2月3日(月)~28日(金)に、入学願書(高齢者福祉センター、上田市社会福祉協議会、各地域自治センター、または各公民館にあり)に必要事項を記入の上、各窓口へ。	2月4日(火)~25日(火)に、入学願書(各地域自治センター、または各公民館にあり)に必要事項を記入の上、中央公民館、または城南公民館窓口へ。(再入学希望の方も同様)	2月4日(火)~25日(火)に、入学願書(各地域自治センター、または各公民館にあり)に必要事項を記入の上、中央公民館窓口へ。	2月3日(月)~3月16日(月)に、入学願書(上田保健福祉事務所福祉課、または各地域自治センター、各公民館にあり)に必要事項を記入の上、各窓口へ。
問い合わせ	高齢者福祉センター TEL22-4119	中央公民館 TEL22-0760 城南公民館 TEL27-7618	中央公民館 TEL22-0760	上田保健福祉事務所 福祉課 TEL25-7124

〈広告欄〉

講座・教室

令和2年度 生涯学習上田自由塾

☎ 生涯学習上田自由塾 TEL22-6840

4月開講の上田自由塾の受講生を募集します。年齢制限はありません。いろいろな分野の楽しい講座があります。詳細は、上田自由塾ホームページ、または公民館・公共施設に2月中旬頃設置予定の「受講生募集カタログ」をご覧ください。

●期間 4月から1年間

(月1~2回。1講座は原則90分)

●料金 500円/回(小・中学生300円/回。講座により別途材料費等)

●申し込み 2月15日(土)~3月4日(木)にはがき(〒386-0016 国分985-1 985号ビル3階 生涯学習上田自由塾宛)、またはホームページの応募フォームで。

☑ 生涯学習・文化財課



ホームページ

塩田産大豆「ナカセンナリ」 の味噌仕込み体験

☎ とっこ館 TEL39-7250

塩田地域の若手大豆生産者で結成した「しおだSUNサイズ」と、武田味噌醸造㈱の「みそソムリエ」武田晴太郎氏が「味噌の魅力」を伝える「仕込み体験(1回で完結)です。ナカセンナリの持つ上品な甘みと旨味を引き出した味噌5kgを仕込みます。

●日時 2月15日(土) 10:00~12:00
3月7日(土) 10:00~12:00

●場所 とっこ館

●定員 各15名程度

●料金 4,000円(材料費・樽代込。武田味噌醸造で管理・熟成を希望する場合は4,300円。引き渡しは7~8月頃の予定)

●申し込み 電話で。

点訳ボランティア養成講座

☎ 上田ボランティア地域活動センター TEL25-2629

視覚障がい者のサポートや点訳に興味のある方は、ぜひご参加ください。見学も大歓迎です。

●日時 2月18日~3月17日の毎週火曜日 10:00~12:00(全5回)

●場所の記載がないイベントは、文頭の各施設で実施します。

●定員、料金、申し込みの記載がないものは、「定員なし」、「無料」、「申込不要」です。



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。

●場所 ふれあい福祉センター

●内容 点字の基礎、手打ちでの点訳・パソコンを使った点訳技術を学びます。

●講師 点訳サークル でんでん虫の会

●対象 市内在住・在勤で、全講座受講後にボランティア活動ができる方

●定員 15名程度

●料金 580円(テキスト代)

●持ち物 筆記用具

●申し込み 2月17日(月)までに、問い合わせ先へ電話で。

☑ 障がい者支援課

子育ての知恵袋を 大きくしよう!

☎ 塩田公民館 TEL38-6883

こころもからだもぼっかばかに! わらべうたでの交流や、子育てにちょっと役立つ知恵を一緒に学びませんか(軽食付)。

●日時 2月8日(土) 10:00~11:30

●場所 塩田公民館 第3学習室

●講師 中島澄枝氏(☎ 名古屋コダーイセンター理事・保育心理士) 大井幸子氏

●料金 親子1組100円 (大人だけの参加可)

●申し込み 1月22日(木)~2月7日(金)に、電話、または直接窓口へ。

まるとく 聞いて・得・エコ講座

☎ ☑ ごみ減量企画室 TEL22-0666

ごみ減量アドバイザーと一緒に、廃棄物処理施設の見学や、エコクッキング等を通して、ごみ問題や身近な環境について考えてみませんか(全4回)。

●日時

①2月12日(木) 13:30~15:30

②2月19日(木) 10:00~13:30

③2月26日(木) 13:00~15:30

④3月4日(木) 13:30~15:30

●場所 上田クリーンセンター、城南公民館 ほか

●内容 ①講義、②エコクッキング、③廃棄物処理施設等の見学、④エコ・ハウス等の見学

●定員 先着30名

●料金 材料費、保険料

●申し込み 1月21日(火)~2月5日(木)に、電話で

第39期依田窪勤労者部落解放学校 第1講座(開講式)

☎ ☑ 地域教育事務所 TEL42-6682

●日時 1月28日(火) 18:15~

●場所 丸子文化会館 小ホール

●演題 差別を許さない自分づくり ~はじめの一步は自分から~

●講師 長谷川サナエ氏 (部落解放同盟新発田支部支部長)

丸子中央病院60周年記念事業 第3回市民公開講座

☎ 丸子中央病院 TEL42-1136

糖尿病による網膜症は、悪化すると運転免許を更新するための視力回復が難しくなります。今回はこの糖尿病網膜症などについての講演です。

●日時 2月15日(土) 14:00~15:15

●場所 丸子中央病院 1階エントランスホール

●演題

「糖尿病で運転免許をなくさないために」

●講師 村田敏規氏 (信州大学医学部眼科学教室教授)

☑ 健康推進課

Let's MAKE! オシャレうさぎちゃん♪

☎ ☑ 人権男女共生課 TEL27-2988 ☒ jinkendanjo@city.ueda.nagano.jp

軍手を使ってかわいいウサギのお人形を作ります。針と糸を使わないので安全です。

●日時 2月8日(土) 13:00~15:00

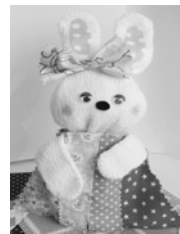
●場所 市民プラザ・ゆう 和室

●講師 小池純子氏(工作教室主宰)

●対象 3歳~8歳程度のお子さんと保護者の方

●定員 先着12組程度

●料金 500円/組



●持ち物 布切りはさみ、あれば端切れ(10×5cm程度)数枚

※園グッズの余り布などで可

●申し込み 1月22日(木) 8:30以降、お子さんの氏名、年齢、保護者氏名、電話番号を電話、またはメールで。

メール
応募先



ありがとう!の感謝を込めて作る コサージュ講座

☎ 市民プラザ・ゆう TEL27-2988

アーティフィシャルフラワーを使ってコサージュを作る講座です。卒業・入学式に付けてもらうコサージュを作って、ラッピングしてプレゼントしましょう。

●日時 3月1日(日) 10:00~

●場所 市民プラザ・ゆう 大会議室

●講師 鳥羽麻里氏 (アトリエRose Mary)

●対象 市内在住、在校の小学校6年生以上のお子さん

●定員 先着12名

●料金 1,500円(材料費込)

●持ち物 はさみ

●申し込み 1月22日(木)~2月21日(金)に、電話で。

子どもに笑顔!! 食物アレルギー対応料理講座(託児付)

☎ 中央公民館 TEL22-0760

特定原材料7品目(卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生)を使わない、ひなまつりメニュー(カラフルカップ寿司、鳥唐揚げと彩り野菜のピンチョス風、桃の節句デザート)の調理実習です。会食をしながら情報交換・交流会を行います。

●日時 2月29日(土) 10:00~13:00

●場所 中央公民館 料理実習室

●講師 滝澤文子氏 (食物アレルギー料理研究家)

●対象 食物アレルギーのあるお子さんの保護者と、自身に食物アレルギーのある方

●定員 先着12組

●料金 900円(材料費込。お子さん一人につき別途100円)

●持ち物 エプロン、バンダナ、手拭きタオル、筆記用具、A4サイズのバインダー

●申し込み 2月4日(火) 10:00以降、電話で。

インターンシップ・採用活動 向上支援セミナー

☎ 上田職業安定協会(上田商工会議所内) TEL22-4500 ☒ syokugyou1@uccci.or.jp

就活におけるインターンシップの重要性が増すなか、インターンシップ・採用活動そのものの改善点を発見し、自社の魅力を最大限に伝える手法の習得を目的とするセミナーです。

●日時 ①1月23日(木)・②2月13日(木) 13:30~16:30

●場所 上田商工会議所

●内容

①「企業・法人のPRとは何か」

②「インターンシップのプログラムを作成する」

●対象 企業の採用担当者

●定員 40名程度

●申し込み 会社名、氏名(ふりがな)、連絡先を上記へ電話、またはメールで。

☑ 地域雇用進課

会社・業界研究セミナー ~上田地域で就職の傾向と対策~

☎ ☑ 地域雇用推進課 TEL26-6023

お子さんが「就活に出遅れていないか」「方法は間違っていないか」と不安に感じたら、ぜひお子さんにこのセミナーを勧めてください。上田地域の企業訪問と豊富な学生相談実績から「本人にとって働きがいのある会社」で採用されるためのポイントをお伝えします。お子さんの就職活動を応援したいご家族の参加も大歓迎です。

●日時 2月16日(日) 13:30~16:30

●場所 まちなかキャンパスうえだ (中央2-5-10 丸陽ビル1階)

●内容 会社が合わないからといってすぐに転職するのが良いのか、会社選びの方法は間違っていないか、取材動画から企業の実際を知る、就活スケジュールづくり ほか

●対象 高校生、大学・短大・専門学校等の学生、既卒3年以内の求職者およびその保護者

●定員 20名程度

●申し込み 2月14日(金) 17:00までに電話で。

☑ 商工課

第63回うんのまちデー 料理セミナー

☎ 海野町商店街振興組合 TEL22-9301

おなかから温まるお料理セミナー「目がテン!かんたん美味しい発酵レシピ」を開催します。知らなかった食材選びと旬菜のお話しなど、試食をしながら楽しい時間を過ごしませんか。

●日時 2月14日(金) 10:00~

●場所 海野町会館 1階 (中央2-10-13)

●講師 王鷲美穂氏 (お料理教室「Ohisama」主宰)

●その他 うんのまちデーの他のイベントも10:00からスタート。詳細は2月13日(木)の新聞チラシをご覧ください

☑ 商工課



やまぐちひろし 上田市出身!!山口博氏 による意欲向上セミナー

☎ 上田市商店会連合会事務局 TEL22-4500

上田市出身で、日本を代表する大手企業へのセミナーの講師をして活躍されている山口氏をお招きし、仕事以外でも家庭や地域社会での人間関係を築く際に活用できるモチベーションファクター(意欲を高める要素)についてお話いただきます。

●日時 1月30日(木) 18:00~20:00

●場所 上田商工会議所 5階ホール

●演題 「顧客の購買意欲をかきたて、売上げを増大させるモチベーションファクターを根にした顧客対応手法」

●講師 山口博氏(モチベーションファクター㈱代表取締役)

●申し込み 電話、または上田商工会議所ホームページで。

☑ 商工課

ホームページ
応募先



講座・教室

求職中の若者のためのパソコン講座(全5回)

☒ 若者サポートステーション・シナノ TEL75-2383

- 日時 2月13日(木)・14日(金)・17日(月)～19日(水) 10:00～12:00
- 場所 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)
- 内容 ワード・エクセルの基本操作と応用(Office2016を使用)
- 対象 15～39歳の求職中の方
- 定員 先着5名
- 申し込み 1月27日(月)以降、電話で。
- その他 2月12日(水) 10:00からの講座説明会への参加必須

(☒ 地域雇用推進課)

子育て応援講座

【わがまち魅力アップ応援事業】

☒ ペルメルベベ(竹内) TEL090-2228-4741 ☒ pere.mere.bebe@gmail.com

- 日時 ①2月5日(水)・②2月19日(水) 10:00～11:30
- 場所 ①西部公民館 大ホール ②上野が丘公民館 大ホール
- 内容 バランスボール講座
- 講師 荒川玲子氏 (☒ ミックススポーツクラブ代表)
- 対象 妊娠中の方、子育て中の保護者
- 定員 先着各20名
- 料金 1,000円
- 申し込み 1月21日(月)以降、氏名、電話番号、希望日を上記へ電話、メール、またはLINE(ID:@guq2857u)で。

(☒ 市民参加・協働推進課)

●場所の記載がないイベントは、文頭の各施設で実施します。

●定員、料金、申し込みの記載がないものは、「定員なし」、「無料」、「申込不要」です。

☯ 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。

健康・スポーツ

アクアポールエクササイズ体験会

☒ クアハウスかけゆ TEL44-2131

- 温泉プールで2本の水中ポールを使い、ウォーキングなどのエクササイズを行います。
- 日時 2月4日(水) 10:30～11:30
- 場所 クアハウスかけゆ
- 定員 20名程度
- 料金 710円(施設使用料)
- 持ち物 水着、水泳キャップ、タオル
- 申し込み 1月26日(日)までに、電話、または直接窓口へ。
- その他 丸子地域自治センターから送迎バス(9:40発)を運行



介護予防体操

☒ 高齢者介護課 TEL23-5140

- 期日/場所 ①2月6日(水)・18日(水) / 上田市高齢者福祉センター ②2月17日(月) / 真田老人福祉センター ③2月18日(水) / 長瀬市民センター(丸子) ④2月21日(金) / 武石老人福祉センター寿楽荘
- 時間 ①11:00～12:00 ②③④10:30～11:30
- 持ち物 飲み物 (③のみ敷物と室内用運動靴)

第43回上田市一般バスケットボール大会

☒ 上田市バスケットボール協会事務局(小林) TEL090-1653-7300 ☒ koba-nao@po15.ueda.ne.jp

- 日時 3月14日(土)・15日(日) 8:00～
- 場所 自然運動公園体育館
- 対象 15歳以上の男女(中学生不可。高校生の参加は学校の「班・部」とし、教員の引率が必要)
- 定員 男子の部 / 先着12チーム、女子の部・混合の部 / 先着各6チーム
- 料金 5,000円 / チーム (申込期間内に以下へ振り込み) 金融機関 / 八十二銀行上田市役所出張所 口座番号 / 普通53338 口座名 / 上田市バスケットボール協会
- 申し込み 2月1日(土)～29日(土)に、所定の申込書(事務局にあり)に必要事項を記入の上、事務局へ郵送(〒386-0005 古里1954-18 事務局宛)、またはメールで。
- その他 ●参加チームはスポーツ傷害保険へ加入すること。 ●競技方法、組み合わせは主催者で決定し、参加申込完了後に送付します。 ●チーム代表者は当日開催する代表者会議へ必ず出席すること。

(☒ スポーツ推進課)



ポップ体操教室

☒ クラブUSC TEL26-5320 (平日9:00～17:00)

- 走ったり跳ねたり、親子で触れ合う体操や遊びで思い切り身体を動かしましょう。
- 日時 1月21日、2月4日・18日、3月3日・17日の火曜日 10:30～11:30
- 場所 上田城跡公園体育館剣道場
- 講師 澤路春代氏 (チャレンジママプロジェクト代表)
- 対象 1歳半～入園前のお子さんと保護者
- 料金 初回500円、2回目以降1,000円、または400円 / 回(回数券。別途年会費)
- 持ち物 室内用運動靴、タオル、飲み物
- 申し込み 上記へ電話で。

(☒ スポーツ推進課)

親子運動あそび教室

☒ クラブUSC TEL26-5320 (平日9:00～17:00)

- 走ったり跳ねたりボールを使ったり、幼児期に身に付けたい運動機能を伸ばすメニューです。親子で楽しく遊びながら身体の使い方を覚えましょう。
- 日時 2月8日(土) 10:00～11:00
- 場所 神川小学校体育館
- 対象 年少～年長児と保護者
- 料金 子ども500円 / 人
- 持ち物 室内用運動靴、タオル、飲み物
- 申し込み 2月7日(金) 17:00までに、上記へ電話で。

(☒ スポーツ推進課)

第35回上田市少年少女サッカー大会

☒ スポーツ推進課 TEL23-5196

- 青少年活動の一環として、健全な心身の発達と相互の親睦を図ることを目的とする大会です。
- 期日 3月20日(金・祝)・21日(土) ※予備日22日(日)
- 場所 上田古戦場公園多目的グラウンド
- 競技部門 8人制サッカー
- 部門 ①高学年の部(小学4～6年生) ②低学年の部(小学1～3年生) ③女子の部(小学1～6年生)
- 対象 市内小学生
- 料金 4,000円 / チーム (2月26日(水)の監督者会議で徴収)
- 申し込み 2月1日(土)～14日(金)に、所

定の申込用紙(申し込み先にあり)に必要事項を記入し、☒スポーツ推進課、丸子総合体育館、または☒☒地域教育事務所へ。
●詳細 大会要項(市ホームページにあり)をご覧ください。

上田バーティカルレース

☒ 太郎山登山競走実行委員会事務局(長谷川) ☒ contact@skyrunning.jp

- 上田市のシンボル・太郎山の山頂目指して駆け上がりタイムを競う大会です。
- ◇バーティカル(ノーマル)真田幸村コース / 距離3.7km、標高差700m
- 日時 5月3日(日・祝) 8:00～15:30
- 受付場所 上田駅前広場
- スタート場所 大星神社
- 参加資格 小学生以上
- 定員 先着600名
- 料金 4,600円(高校生以下2,600円)
- 申し込み 3月31日(火)までに次のいずれかの方法で。 ①インターネットからの申し込み(ランネット、またはスポーツエントリー) ②申込書(大会ホームページにあり)と料金を持参し、うえだミックススポーツクラブ(本郷631-2、TEL71-5392)へ。
- その他 他に次のコースもあります。参加資格等の詳細は、大会ホームページをご覧ください。
- ◇バーティカル(エリート)猿飛佐助コース / 距離5.0km、標高差1000m
- 期日 5月3日(日・祝)
- ◇スカイレース(ノーマル)秋和山城コース / 距離18.0km、標高差2000m
- 期日 5月4日(月・祝)

(☒ スポーツ推進課)



スノーウォーキング 2020 in 菅平高原

☒ 上田市体育協会 TEL27-9400

- 歩くスキー・スノーシューを体験し菅平湿原を歩き、冬しか味わえない魅力を再発見します。
- 日時 2月18日(水) 10:00～12:00 (受付 9:30～。荒天時は翌日に延期)
- 集合場所 菅平高原アリーナ
- 定員 先着20名

- 料金 1,000円(スノーシューレンタル代、当日徴収。持参の場合は無料)
- 持ち物 防寒具、手袋、防寒長靴、ストック(ある方)
- 申し込み 1月22日(水)～2月10日(月)に問い合わせ先へ電話で。

(☒ 健康推進課)

菅平シュナイダー記念スキー大会

☒ スキー大会事務局(☒ 地域教育事務所内) TEL72-2655

- スキーの父と呼ばれたハynes・シュナイダー氏の菅平来訪を記念して始まったアルペン一般大回転競技の大会です。
- 日時 3月15日(日) 9:00～ (受付7:30～)
- 場所 菅平高原パインピークオオマツスキー場
- 内容 年齢、男女に分け部門別に競います。3位までの入賞者には賞品を贈呈します。
- 対象 小学生以上
- 料金 2,000円 / 小・中学生 3,000円 / 高校生以上
- 申し込み 2月21日(金) 12:00まで(必着)に、申込用紙(市ホームページ、または☒地域教育事務所窓口にあり)に必要事項を記入の上、郵送(〒386-2201 真田町長7199-1 スキー大会事務局宛)、または直接事務局窓口へ。

今から始める“美Body”フィットネス講座

☒ 健康推進課 TEL28-7123

- 30代から50代の女性を対象に、毎回違った運動を通じてカラダを動かす楽しさを感じ習慣にするためのきっかけづくりの教室です。
- 日時 2月3日・10日・17日の月曜日 10:00～11:30
- 集合場所 ひとまちげんき・健康プラザ うえだ 2階多目的ホール
- 対象 30～50代の女性市民(お子さんとの参加は可能ですが、託児はありません)
- 定員 25名(応募多数の場合は抽選)
- 持ち物 運動着、室内用運動靴、飲み物
- 申し込み 1月20日(月)～27日(月)に、電話で。

行政チャンネル 今月のイチオシ



丸子地域の若手農業者を中心に結成! HEARTBEATまるこ

「HEARTBEATまるこ」は、丸子地域で農業等に関わっている20代～50代のメンバーで結成し、農業を通じた地域活性化を目的に2019年に本格的な活動をスタートさせました。HEARTBEATまるこの昨年1年間の活動の様子や今後のビジョンなどについてお伝えしています!

YouTube はこちらからご覧ください

行政チャンネルは、上田ケーブルビジョンCATV009、丸子テレビ放送CA103、YouTube(「上田市行政チャンネル」で検索)で視聴できます。

2月の乳幼児健診・教室

会場
上田 ひとまちげんき・健康プラザうえだ
川西 川西地域自治センター(川西公民館)
真田 真田保健センター
塩田 塩田地域自治センター(塩田公民館)
丸子 丸子保健センター
武石 武石健康センター

持ち物 母子健康手帳、該当する健康診査票。※各健診・教室の持ち物は、保健ごよみをご覧ください。

◆**上田地域にお住まいの方** 健康推進課 TEL23・8244

項目	対象者	実施日	会場	受付
健診	4か月児	令和元年9月16~30日生 6日(木) 令和元年10月1~15日生 21日(金)	上田	12:30 ~ 13:30
	1歳 6か月児	川辺・泉田・塩田・川西の令和元年9月生 4日(火)	川西	
	2歳児 歯科	30年7月16~31日生 5日(水) 30年8月1~15日生 19日(水)	上田	
教室	7か月児	29年11月1~15日生 13日(木) 29年11月16~30日生 26日(水)	上田	12:30 ~ 13:15
	3歳児	塩田・川西の29年11・12月生 25日(火)	塩田	
	おたんじょう	29年1月1~15日生 7日(金) 29年1月16~31日生 20日(木) 塩田・川西の28年12月~29年1月生 14日(金)	上田 塩田	
健診	4か月児	令和元年6月16~30日生 6日(木) 令和元年7月1~15日生 21日(金)	上田	9:20 ~ 9:45
	1歳 6か月児	川辺・泉田・塩田・川西の令和元年7月生 27日(木)	川西	
	2歳児 歯科	31年2月1~15日生 13日(木) 31年2月16~28日生 26日(水)	上田	
教室	7か月児	塩田・川西の31年2月生 28日(金)	塩田	9:30 ~ 9:45

項目	対象者	実施日	会場	受付
市内委託医療機関(個別)				
健診	10か月児	31年3月16日 ~4月15日生		2月受診/完全予約制

◆**ひとまちげんき・健康プラザうえだ相談室**
 (祝日を除く月~金曜日に開設)
母乳・妊婦相談室(助産師による妊娠や母乳・育児等の相談)
 /9:30~15:30
健康相談室(身長・体重の計測、育児や食事に関する相談等)
 /9:00~16:00

◆**丸子地域にお住まいの方** 丸子保健センター TEL42・1117

項目	対象者	実施日	会場	受付
健診	4か月児	令和元年9月生 6日(木)	丸子	12:30 ~ 12:45
	10か月児	31年4月生 28日(金)		
	1歳 6か月児	30年7月生 4日(火)		
教室	2歳児 歯科	29年12月 ~30年1月生 18日(火)		9:30 ~ 9:45
	7か月児	令和元年7月生 27日(木)		

◆**真田地域にお住まいの方** 真田保健センター TEL72・9007

項目	対象者	実施日	会場	受付
健診	4か月児	令和元年9・10月生 20日(木)	真田	12:20 ~ 12:40
	1歳 6か月児	30年6・7月生 12日(水)		
	2歳児 歯科	29年11月 ~30年1月生 5日(水)		
教室	7か月児	令和元年7月生 26日(水)		9:30 ~ 9:40

◆**武石地域にお住まいの方** 武石健康センター TEL85・2067

項目	対象者	実施日	会場	受付
健診	4か月児	令和元年9月生 6日(木)	武石	12:30 ~ 12:45
	7か月児	令和元年6~8月生 17日(月)		

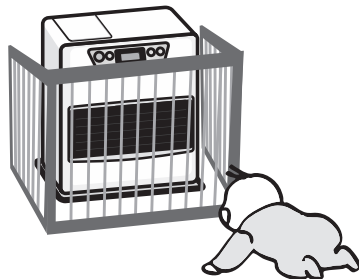
子育て情報

子どもの発達と事故予防④ ~11か月から1歳~

健康推進課 TEL23・8244

生後11か月から1歳のころになると、自分でやりたいという意志が出て、さまざまなことに挑戦するようになります。一人で立ち、歩き始めるお子さんもいます。バランスを崩して転倒しやすいので、テーブルなど家具の角はコーナークッションで覆いましょう。箸や歯ブラシをくわえたまま歩かないように気を付けてください。ストーブやヒーターは、やけどをしないよう安全柵で囲いましょう。

事故が起こってしまったときに慌ててパニックにならないよう、簡単な応急手当やかかりつけ医、緊急連絡先を確認しておきましょう。「~こどもの急な病気・ケガ~困った時のガイドブック」もご参照ください。(⑤は3月号に掲載)



◎平日夜間や休日緊急医のお問い合わせ

上田広域消防本部 TEL26・0119 上田南部消防署 TEL38・0119 上田東北消防署 TEL36・0119 川西消防署 TEL31・0119

※夜間診療・電話相談は、内科・小児科初期救急センターへ。[小児科(15歳以下)TEL21・2233、内科(16歳以上)TEL21・2280]
 (診療時間/20:00~23:00、電話受付/19:00~22:30)※休診日:8月14日~16日、12月30日~1月3日

2月 相談コーナー

相談名	実施日	時間	場所	申し込み	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(南庁舎)	不要	上田市消費生活センター TEL75・2535
法律相談(一人年1回、20分/回)	14日(金)・28日(金)	13:00~16:00		事前に電話で	生活環境課 TEL22・4140
行政相談	4日(火)			不要	
土地境界問題・登記法律相談・不動産鑑定相談	13日(木)				
行政相談/登記・法律相談	19日(水)	9:00~12:00	丸子地域自治センター	事前に電話で	生活環境担当 TEL42・1216
人権擁護委員による 人権悩みごと相談	毎週月・水・金曜日 (祝日除く)	9:00~16:00	長野地方法務局 上田支局	不要	長野地方法務局 上田支局 TEL23・2001
	6日(木)	13:00~16:00	駅前ビル・パレオ 2階会議室		人権男女共生課 TEL23・5393
	28日(金)	9:00~12:00	丸子ふれあいステーション		丸子解放センター TEL42・6694
女性弁護士による法律相談	27日(木)	10:00~12:00			人権男女共生課 TEL27・2988
女性相談員によるなんでも相談	毎週火曜日	11:00~18:00	市民プラザ・ゆう	事前に電話で	人権男女共生課 TEL27・3123
	毎週木曜日	10:00~17:00			
	8日(土)・22日(土)				
もの忘れ・認知症相談	25日(火)	13:30~17:00	市役所(南庁舎)	事前に電話で	高齢者介護課 TEL23・5140 高齢者支援担当 TEL42・0092 高齢者支援担当 TEL72・4700 高齢者支援担当 TEL85・2119
	18日(火)		丸子ふれあいステーション		
ひきこもり相談・こころの相談	相談の上決定		ひとまちげんき・健康プラザうえだ	事前に電話で	健康推進課 TEL23・8244
青少年電話相談	毎週月~金曜日	9:00~16:00	-	-	少年育成センター (生涯学習・文化財課) TEL22・8080
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	不要	子育て・子育て支援課 TEL23・2000
児童生徒の教育相談					教育相談所 TEL27・0241
発達相談					発達相談センター TEL24・7801
わが子の就職等相談会	毎週月曜日			事前に電話で	若者サポート ステーション・シナノ TEL75・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・金曜日	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	地域雇用推進課 TEL24・7363
求職・労働相談、無料職業紹介	毎週月~木曜日 (祝日除く)	9:00~12:00	地域雇用推進課 (勤労者福祉センター)	事前に電話で	
生活・就労相談	毎週月~金曜日 (祝日除く)	9:00~17:00	社会福祉協議会 (ふれあい福祉センター)	不要	まいさば上田 (生活就労支援センター) TEL71・5552 (福祉課)
外国人住民のための総合相談	毎週月~金曜日 (祝日除く)	8:30~17:15	市役所(本庁舎)		人権男女共生課 TEL75・2245

※相談内容によっては、時間や申し込み等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。



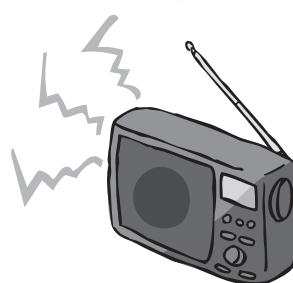
防災コーナー② 非常持ち出し品にラジオの備え

ラジオは非常時、とりわけ停電時に情報を入手するための有効な手段です。

災害等により停電が長期化すると、テレビやパソコン・スマートフォンなどで情報を入手することが困難となります。

昨年の台風19号の時には、FMとうみ「はれラジオ」で、市からの緊急情報を随時放送しました。また、避難生活の長期化が想定される場合には、市が臨時災害放送局(周波数はその都度変わります)を開設し、避難生活を支援する情報を皆さんに提供します。

災害に備え、非常持ち出し品に電池式ラジオ、電池を準備しておきましょう。



危機管理防災課 TEL21・0123

※U-25チケットは、サントミュージーゼ窓口およびサントミュージーゼチケット予約システムでのみ購入可(入場時要年齢確認)。
 ※劇場ホールの催しで記載のない場合は、未就学児入場不可、全席指定となります。

最新の情報は
ホームページを
ご覧ください。



川久保賜紀 ヴァイオリン・リサイタル
響き合う〜珠玉のヴァイオリン名曲集〜

ピアノ／三浦友理枝

日時 1月25日(土)
14:00～(開場 13:30)

場所 小ホール

プログラム

クライスラー／愛の喜び
モンテ／チャルダッシュ
ラヴェル／ヴァイオリン・ソナタ
第2番 ほか

料金 2,000円(U-25は1,000円)

プレイガイド サントミュージーゼ(Web・窓口)、平安堂(上田店・上田しおだ野店)



劇場
ホール

ワンコインマチネvol.29
喜名雅(チューバ)

ピアノ／新居由佳梨

日時 2月6日(木)
11:30～12:15
(開場 11:00)

場所 小ホール

プログラム

クライスラー／愛の喜び
サン＝サーンス／動物の謝肉祭より「象」「白鳥」
ウィリアムズ／チューバ協奏曲より第1、2楽章 ほか

料金 500円

プレイガイド サントミュージーゼ(Web・窓口)



劇場
ホール

2020年度松竹大歌舞伎西コース
上田公演

出演／片岡仁左衛門(松嶋屋) ほか

日時 4月5日(日)
昼の部 12:30～
夜の部 17:00～

場所 大ホール

演目

一. 正札附根元草摺
二. 義経千本桜
「木の美」「小金吾討死」「すし屋」

料金 S席6,000円、A席4,000円(U-25は、S席3,000円、A席2,000円)

プレイガイド サントミュージーゼ(Web・窓口)、タワーレコード
上田店、平安堂(上田店・上田しおだ野店)ほか



劇場
ホール

第34回
上小地区児童生徒立体等作品展

大正から昭和にかけて40年余りにわたり上田彫塑研究会を指導した彫刻家・石井鶴三の功績にちなみ、上小地域の小・中学生が図工・美術の授業で制作した立体作品を展示します。

日時 1月25日(土)～2月3日(月)
9:00～17:00(最終日は 16:00まで)

場所 子どもアトリエ

料金 無料

美術館

第54回 児童生徒版画展

上小地区の小・中学生が学校の授業でさまざまな技法や版種で版表現に挑戦し、制作した版画作品を展示します。

日時 2月8日(土)～2月17日(月)
9:00～17:00(最終日は 16:00まで)

場所 子どもアトリエ

料金 無料

美術館

北尾亘ダンス公演 『ダブル・ビル』

振付・構成・演出／北尾亘

幼少期から俳優活動を行い、近年では自身の作品の振付のほか、朝ドラ『半分、青い。』の劇中振付を行うなど、国内外で幅広く活躍する北尾亘さんによる2本立て(ダブル・ビル)単独公演を開催!

日時 2月2日(日)
14:00～(開場 13:30)

場所 大スタジオ

プログラム

第1部 『あなたの足跡しか踏めない。』
振付・出演／北尾亘 中村蓉

第2部 『UMU-うむ』
出演／北尾亘

料金 2,000円(U-25は1,000円)。全席自由

プレイガイド サントミュージーゼ(Web・窓口)



劇場
ホール

平田オリザ主宰 青年団プロデュース公演
『馬留徳三郎の一日』

作／高山さなえ 演出／平田オリザ

松本市在住の劇作家・高山さなえの尼崎市第7回「近松賞」受賞戯曲を、現代口語演劇の旗手である平田オリザが演出します!

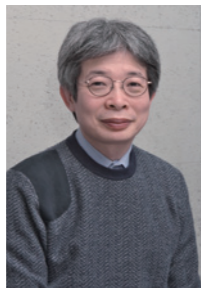
日時 4月25日(土) 19:00～
4月26日(日) 14:00～
(開場は各30分前)

場所 大スタジオ

料金 3,000円(U-25は1,500円)。全席自由

チケット発売 1月26日(日) 10:00～

プレイガイド サントミュージーゼ(Web・窓口)



©青木司

劇場
ホール

短歌 小宮山 久子 選

言葉なくただ手を合はす 濁流に飲み込まれたるふるさとのまち
自然には抗へないと知りつつも避難に向かふ心騒がし
ざっくりと裂けし石榴が天仰ぐ台風さりて雲ひとつなし
千川川濁流堤を打ち砕き赤い鉄橋無残に落ちる
亡夫の呼ぶ声に覚めれば小雀がひと日の明けを告げて飛び立つ
去年の秋妻が植えたる黄の小菊祖母の命日の朝咲き初む
逆上がり出来ると思えど七十八の体はついに回転をせず

浦野南園地 羽生田めぐ美
つくし 松橋 敏生
新屋 菊池三治子
小泉 赤羽伊久夫
大屋 竹内 啓子
鈴子 甲田 隆登
下長瀬 小林 国男

〈選者評・二首目〉 台風19号の被害に関連した作品が多い月でした。一首目も二首目も、ご自身の感じた大きな悲しみや戸惑いを率直に詠っていて、心をうたれます。

遮断機がおる日はいつ別所線
すつきりと目覚めた朝のよい予感
日向ぼこ母の形見の割烹着

俳句 島田 洋子 選

台風の傷跡残し川澄めり
そぞろ寒背後に鍵の閉まる音
うそ寒や頬骨張りし兄の通夜
佳作
雪吊りや女庭師の櫛が飛ぶ
雨二日どっと心も秋めきぬ
ほの温き兄の骨壺そぞろ寒
祭役の提灯掲げ列に入る
里山に鹿鳴く声や月登る
焼芋をおひねりにせる新聞紙
名月にやわらかく盛る豆ごはん
台風に泡立ち草の生き残る
熱燗で今宵一杯大根抜く

ボランテア知らぬ同志の一体感
声たてて笑うに勝る葉なし
お若いと葉より効く寝め言葉
買ひ物のメモは持たずに脳試す
子とメールそばに居よう嬉しいな
おばあちゃんりハビリがんばタブレット
今日の無事ひと日記ありがとね
すき焼きの肉が残って老いを知り
子の電話にぎる受話器も温かい

小泉 大井 敬子
神畑 金井 美穂
上室賀 宮入 和子
小泉 若林みゑ子
中村 児玉 愛子
御所 長坂 千代
下本郷 神田 愛子
腰越 田中けさ子
みずさ台南 青木 澄江
上塩尻 永井 陶子
みずさ台南 和田 清美
下和子 山本 進

御所 長坂 千代
下常田 遠藤 夙子
長瀬 山岸 政子
田町 滝沢 彰男
八木沢 小林さよ子
城北 関 敏雄
半越 田中のり子
腰越 松井 律子
長島 尾見 志子
川辺町 大森乃里子
下組 竹内 栄

〈選者評・一句目〉 多くの被害を生んだ台風。やがて何事もなかったように濁流は澄んでくる。脅威と神秘を併せ持つ自然への思いを端的に詠み共感できます。

〈選者評・一句目〉 別所線の鉄橋が崩れ落ちた現場を見て、自然の力の恐ろしさを思い知らされました。皆に愛される別所線、一日も早い復旧を願うばかりです。

〈選者吟〉 備前焼のやうに浅間や秋深む

〈選者吟〉 ナツメロに心ときめく深夜便

選者のコラム



川柳担当選者 斉藤俊酔氏

川柳をやりませんかと言われ、言葉が浮かばないとか言われ、でも決して難しい事ではありません。日常の中で見た事、聞いた事、感じた事、体験した事をそのまま、普段の言葉で五・七・五に当てはめ

るだけの事です。一つ例を挙げますと、友人三人と軽井沢に行きました、涼を求め林の中に入ると所々に別荘があります。よし、この一軒は俺の別荘と決めると、気持ちが大きくなりました。そこで思いついた一句、
「ブルジョアのような顔して 軽井沢」
川柳とは、視点を変えてその時の状況をそのまま素直に気持ちを含め詠むだけ。皆さん川柳を始めましょう。

4月号の投稿方法

- 種類ごと別々のはがきで裏面に住所、氏名、自治会名、短歌・俳句・川柳の別を記入の上、下記へ(未発表作に限る)。
- 添削を希望する場合は、往復はがきにご自分の宛先を記載の上、投稿してください(短歌は2首まで。掲載作への返信は除きます)。
- 掲載作は、選者が添削して掲載する場合があります。
- ◆住所 〒386-8601 住所不要 交流文化スポーツ課宛
- ◆締め切り **2月17日(月)必着**

☎ 交流文化スポーツ課 TEL75・2005

催し まちづくり講演会
防災の視点から地域をつくる

情報
ピックアップ

- 上田市役所
- 丸子地域自治センター
- 真田地域自治センター
- 武石地域自治センター

地域の安心・安全のために、住民の皆さんや各種団体が、防災意識の向上を踏まえて参画・協働して地域づくりを行うための指針となる話を、防災に関わる体験談を交えながら「郷土史防災」というユニークな切り口で講演いただきます。

- 日時 1月31日(金) 13:30～(開場 13:00)
 - 場所 上田文化会館 ホール
 - 演題 地域づくりを豊かにするヒント～郷土史防災のススメ～
 - 講師 増田和順氏(協働プラットフォーム 常任理事)
 - 料金 無料
 - 申し込み 不要
 - その他 駐車場に限りがあるため、乗り合わせ等でご来場ください。
- ☎ 市民参加・協働推進課 TEL75・2230



催し 第32回いのち・愛・人権展 うえだ人権フェスティバル
差別や偏見のない社会のために

多様な文化や価値観を尊重し合い、差別や偏見のない社会を築いていくために、人権について一緒に考えてみませんか。

- 日時 2月22日(土)・23日(日・祝) 10:00～17:00(23日は15:00まで)
- 場所 丸子文化会館 セレスホール ほか
- 内容

22日(土)	10:00～	人権に関する作品、資料の展示 (23日15:00まで)
	11:00～	まるご福祉会による、きのご汁の振る舞い (約200食)
	13:45～	人権作品表彰式・作品発表会
23日 (日・祝)	10:20～11:00	丸子中学校2年生による地域学習実践発表
	11:10～12:00	パラリンピック公式種目「ボッチャ」体験
	13:30～ (開場 13:00)	人権講演会 演題/「支えあって生きる ～少子高齢社会を生き延びるために～」 講師 上野千鶴子氏 (社会学者・東京大学名誉教授)



撮影：菅野勝男

- 料金 無料
 - 申し込み 不要
 - その他 駐車場に限りがあるため、乗り合わせ等でご来場ください。
- ☎ 生涯学習・文化財課 TEL23・5197

手続きの負担軽減!

マイナンバーカードを自宅で受けとることができるようになりました

申請時に本人確認や暗証番号の設定等を済ませることで、受け取りのために市役所に来る必要がなくなり、マイナンバーカードがご自宅に郵送されます。

●申請窓口 市民課、市民サービス課

●持ち物

- 通知カード ●住民基本台帳カード(お持ちの方) ●印鑑
- 本人確認書類

A:運転免許証、旅券、在留カード等の官公署発行の顔写真付証明書

B:健康保険証、年金手帳、介護保険証、医療受給者証、学生証等

※通知カードがある場合/A 1点、またはB 2点

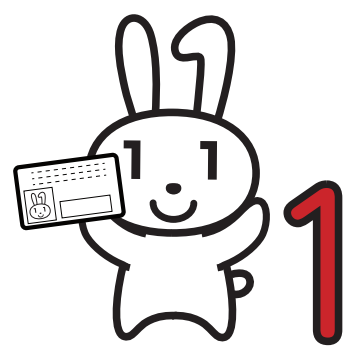
※通知カードがない場合/A 2点、またはA・B各1点

紛失等で通知カードがなく、Aの書類もない場合は、事前に照会回答書をご自宅へ郵送しますので、来庁予定日の1週間前までに問い合わせ先へ電話でご連絡ください。



●注意事項

- マイナンバーカードの申請は希望制です。また、カードには有効期限があります。
- 申請窓口で顔写真を無料で撮影します。必ず本人が窓口にお越しください。
- 15歳未満の方、または成年被後見人の方は、必ず法定代理人が同行してください。本人および法定代理人の本人確認書類が必要になります。
- 通知カードおよび住民基本台帳カードは、申請時に窓口で返納していただきます。紛失等の場合は、紛失届の提出が必要になります。
- 申請からおおむね1か月半後に本人限定受取郵便で住所地にカードを郵送します。受取時に本人確認書類の提示が必要です。
- 持ち物に不足があるときは、受け取りのため市役所へお越しいただく場合があります。



出張申請受付

マイナンバーカードの申請受付と、申請に必要な写真の無料撮影を次の施設で行います。事前予約が必要です。ただし、各会場とも、当日の受付状況等により、予約がなくても申請ができる場合があります。

丸子図書館

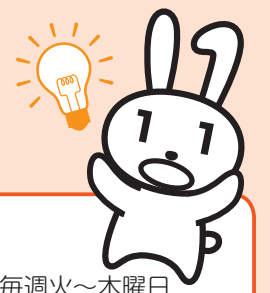
マイナンバー PRキャラクターのマイナちゃんもやって来る!

- 日時 2月1日(土) 10:00～16:00
- 申し込み 1月29日(木)までに問い合わせ先へ電話で。 ※通知カードと上記Aの本人確認書類が手元のない方は1月24日(金)までに問い合わせください。

サントミュージゼ

確定申告会場で、申請ができます。

- 日時 2月18日(火)～3月12日(休)の毎週火～木曜日 10:00～16:00 ※2月25日(火)を除く
- 申し込み 来場予定日のおおむね1週間前までに問い合わせ先へ電話で。



- ☎ 市民課 TEL23・5334
- ☎ 市民サービス課 TEL42・1052
- ☎ 市民サービス課 TEL72・0154
- ☎ 市民サービス課 TEL85・2827

募集

第38回上田真田まつり 武者行列・決戦劇参加者募集

信州上田戦国絵巻を再現し、一緒にまつりを盛り上げましょう！

- 期日 4月26日(日) ●場所 上田城跡公園・中心市街地
- 募集区分 ①武者行列 ②決戦劇
- 対象 18歳以上の方(未成年者は要保護者の同意)
- 定員 ①先着50名 ②先着70名
- 料金 ①3,000円(当日徴収) ②4,000円(稽古初日に徴収)
- 申し込み 1月22日(火)～2月25日(火)に申込用紙(各問合わせ先窓口、市ホームページにあり)に必要事項を記入の上、各問合わせ先へ郵送、またはメールで。 ※武者行列と決戦劇の重複申し込みは不可

●その他 武者衣装は主催者で用意します

- 問 ①信州上田まつり実行委員会(☎ 観光課内) TEL23・5408
〒386-0024 大手2-8-4 上田市観光会館内 信州上田まつり実行委員会宛
✉ kanko@city.ueda.nagano.jp
- ②上田真田まつり決戦劇事務局(上田商工会議所内) TEL22・4500
〒386-8522 大手1-10-22 上田商工会議所青年部内 決戦劇事務局宛
✉ shinohara@ucci.or.jp

◆決戦劇 幸村オーディション開催!

決戦劇の主人公、真田幸村役を決めるオーディションを開催します。
詳細は市ホームページをご覧ください。上記②へお問い合わせください。

●日時 3月1日(日) 13:00～ ●場所 上田商工会議所5階



催し

2020シリーズ文化講演会

各界で活躍する講師による3回シリーズの講演会です

全ての回に参加し、スタンプを集めた方には記念品を差し上げます。さらに抽選で15名に講師のサイン入りグッズをプレゼント。ぜひご来場ください。

日時	場所	演題 / 講師
①2月15日(土) 14:00～15:30 (開場 13:30)	丸子文化会館 セレスホール	モチベーションアップで元気な毎日を! ／千葉すず氏(元水泳オリンピック選手)
②3月7日(土) 13:30～15:00 (開場 13:00)	上田文化会館ホール	芸を通して学んだこと～笑い・健康・生きがい～ ／江戸家小猫氏(演芸家)
③3月14日(土) 13:30～15:00 (開場 13:00)	真田中央公民館 大ホール	上田城と真田丸～城から読み解く真田の戦い～ ／千田嘉博氏(城郭考古学者)

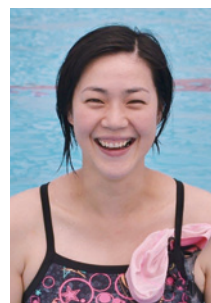
●料金 無料

●申し込み 不要

●その他

- 各回、開場1時間前から整理券を配布します。
- ①でスタンプラリー用紙を配布します(再発行不可)。

- 問 ①☎ 地域教育事務所 TEL42・3147
②☎ 交流文化スポーツ課 TEL75・2005
③☎ 地域教育事務所 TEL72・2655



千葉すず氏



江戸家小猫氏



千田嘉博氏

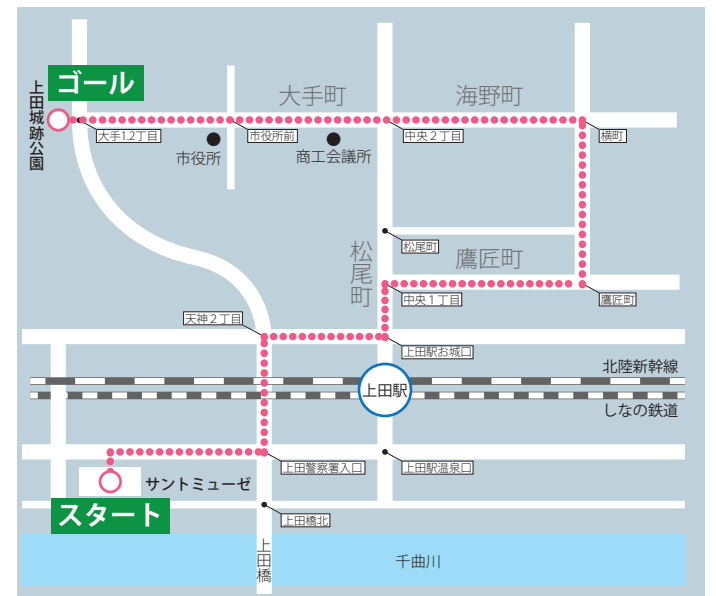
お知らせ

「東京2020オリンピック聖火リレー」がやってくる!

Hope Lights Our Way -希望の道を、つなごう。-

東京オリンピックの聖火リレーは、3月12日に、オリンピック発祥の地・ギリシャのオリンピアで採火された後、同20日に日本に到着し、同26日に福島県をスタート。4月2日(日)には上田市を通過します!

大勢の皆さんで聖火リレーを応援し、一人一人の熱い想いをオリンピックスタジアムに届けましょう!
なお、聖火リレーの詳細な時間や交通規制については、順次、市ホームページ等でお知らせします。



◆長野県コース

4月2日(日) 軽井沢町→佐久市→山ノ内町→
上田市→野沢温泉村→白馬村→
長野市

4月3日(月) 飯田市→南木曾町→伊那市→
諏訪市→大町市→安曇野市→松本市

問 ☎ 交流文化スポーツ課 TEL75・2005

講座・教室

まちなかキャンパスうえだ 市民向け講座

“まちなか”で学んでみませんか

◆共通事項

●場所 まちなかキャンパスうえだ(中央2-5-10 丸陽ビル1階) ●料金 無料

●申し込み 1月25日(土)以降、住所、氏名、連絡先を下記へ電話(火曜～土曜日 12:00～18:00)、FAX、またはメールで。

◆今から始める「デジタル旅レポ」

旅で撮った写真で旅のストーリーをインターネット上のサイトにつづる方法を学び、旅の面白さを高めるプランニングをします。

●日時 ①2月1日(土) 13:00～16:00、②2月8日(土) 13:00～17:00、
③2月15日(土) 13:00～17:00、④2月22日(土) 13:00～16:00

●講師 ①～④前川道博氏(長野大学企業情報学部教授)

①市川正夫氏(長野大学環境ツーリズム学部教授)
②吉口克利氏(株JTB総合研究所) ③中村完二郎氏

●内容 ①②新しい旅のスタイル「デジタル旅レポ」 ③実習「旅れぽ」作成ワークショップ
④みんなの「旅れぽ」披露

●対象 どなたでも ●定員 先着20名 ●持ち物 ノートパソコン、またはスマートフォン

◆大人のための絵本の会

絵本「おおかみと七ひきのこやぎ」の読み語りと、それに隠された愛のメッセージを深読みしながらひもときます。

●日時 2月29日(土) 14:00～15:00 ●講師 齋藤直人氏(上田女子短期大学総合文化学科専任講師)

●対象 高校生以上 ●定員 先着15名



問 まちなかキャンパスうえだ TEL/FAX75・0065 ✉ info_mcu@email.plala.or.jp

(☎ 学園都市推進室)

くるまをうごかそう

芙蓉園

プログラミング体験教室

12月3日(火)

芙蓉園の年長児が、バーコードカードを使ってプログラミングすることができる電動乗用車を動かす体験をしました。講師は、マルチメディア情報センター職員が担当。電動乗用車は、キーボード入力できない園児たちにもプログラミングできるように改良した独自の教材です。

園児たちは、「前へ進む」「後ろへ進む」「3秒待つ」などと書かれたカードを組み合わせて、進行方向と走行時間を操作。プログラムどおりに車が動くと大きな歓声が上がリ、体験した子どもたちは「車を動かして楽しかった。またやってみたい!」と話してくれました。



市立博物館 開館90周年記念特別展

武士の魂－上田ゆかりの武具と刀剣－

10月26日(土)～12月1日(日)

市立博物館が、前身の徴古館から数えて90周年を迎え、記念特別展を開催。博物館が所蔵する上田藩主仙石氏・松平氏にまつわる、武具、刀剣、書状など貴重な文化財を展示しました。

羽柴秀吉が古くからの家臣であった仙石権兵衛(秀久)に宛てた書状が初公開されたほか、国の重要文化財の織田信長所用「小紋地桐紋付韋胴服」、長野県宝の太刀など名品の数々が並びました。

子どもでも楽しく鑑賞できるよう展示室ではクイズも出題し、期間中は親子連れや歴史・刀剣ファンなど大勢の方が来場されました。



真田温泉健康ランド

ふれあいさなだ館

入館者600万人達成

11月20日(水)

平成5年に開館した真田温泉健康ランドふれあいさなだ館で、入館者600万人を達成し、式典が行われました。

式典では、600万人目と前後2人ずつの来館者による、くす玉開きが行われ、記念品を贈呈。600万人目は市内にお住まいの橋本さんで「ふれあいさなだ館はよく利用しているのでとても嬉しい」と喜びを語りました。

式典後には大正琴グループの演奏や、来館者へのタオルの贈呈、野菜詰め放題などお祝いイベントが催されました。



「千の風になって」を

一緒に歌おう♪

あきかわまさふみ

秋川雅史さんの歌のレッスン

12月9日(月)

1月25日(土)に丸子文化会館で開催される『秋川雅史コンサート ～聴いてよく分かるクラシック2～』で、丸子中央小学校合唱クラブと丸子北小学校合唱部の皆さんが、秋川さんと「千の風になって」を合唱します。

この日はリハーサルが行われ、参加した児童55名は、秋川さんから呼吸法や発声の仕方、姿勢、優しく歌うことなどを教わり、自分たちの楽譜にアドバイスをしっかり書き込んでいました。

テノールの貴公子 秋川さんと、これからさらに練習を重ねていく子どもたちの歌声をコンサートでぜひ体感してください。



お気に入りの一冊を

見つけよう!

武石小学校に

ブックバスが来校

12月3日(火)

武石小学校に(株)バリューブックスのブックバスが来校しました。

(株)バリューブックスでは、学校や施設などに本を贈る「ブックギフト」を行っています。

バスの中に並んだ約1,000冊の本を前に目を輝かせる子どもたち。「どれにしよう?」と悩みながら、全校児童145名がそれぞれお気に入りの1冊を選びました。選んだ本は学級文庫として教室で読まれます。



市長活動
フォトレポート
トピックス



市長の活動の様子は
市ホームページでご覧いただけます

WebサイトとFMラジオで上田でやりたいことが見つかる!

うえだ大好き!



Webサイト
「うえだ大好き!」



FMラジオ
木曜19:00～
金曜15:30～



うえだ大好き 検索

はれラジ 検索

地情熱

Wakamachi Miryoku Up

川辺泉田地域の歴史を 後世に伝承する事業

このコーナーでは、わがまち魅力アップ応援事業を活用し、まちづくりに取り組む皆さんを紹介しています。

プロフィール

- ・団体名 川辺・泉田地区自治会連合会実行委員会
- ・設立 平成30年
- ・活動人数 15名
- ・紹介者 右から山浦明夫さん、
塩崎武彦さん(郷土室整備委員長)、
中村新一さん、井出祐三郎さん
- ・補助期間 平成30年度～令和元年度
- ・TEL 24・4881(塩崎)



●なぜ活動を始めようと思ったのですか？

この地域には、平成3年に開設された地域の貴重な資料が保存されている上田原資料館がありました。しかし、その建物は、明治22年に川辺村が誕生した時の役場として使用されていた建物で、築100年以上が経過していたため老朽化が激しく、改修のめども立たない状況でした。資料館の今後について、歴代の自治会長経験者を中心に検討委員会を設置し議論を重ねてきた結果、保存されている資料を地域の貴重な財産として保存し、川辺小学校にある郷土資料室を活用して、学校と地域が一体となって子どもたちの社会教育への活用を図っていくという方向性が示され、今回の事業をスタートしていくことになりました。

●どのような活動をしていますか？

川辺小学校の郷土資料室と上田原資料館には、この地域の先人たちの生活用具や戦争の痕跡を物語る物品が多数保管されてはいましたが、整備されていないのが実情でした。そこで、地域の歴史を後世に伝承していくために、また地域の人や子どもたちが気軽に来ることができるよう、郷土資料室のリフォームと展示物の整理を中心に行ってきました。

地域住民と川辺小学校の児童が一緒になってリフォームし、



川辺泉田地域歴史資料館として生まれ変わりました。ここにしかない展示品も数多くあり、養蚕農家の生活の様子を知ることができる蚕具や農具、川

辺小学校から程近い旧上田飛行場にあった練習機のプロペラやアメリカ軍の爆撃の様子が分かる品々、中には明治時代の教科書など実際に手に取って見てもらえるものもあります。



●活動への想いをお話してください

この資料館が完成して、子どもたちや先生方が喜んでくれていることが一番うれしいです。例えば、この地域の養蚕の歴史を学ぶ際には、これまで教科書などの文献を中心に学ぶことが多かったかもしれませんが、ここには、その当時本当に生活で使用していた物が存在しています。やはり、教えに説得力が増してくるのではないのでしょうか。

どのように展示するかをみんなで知恵を出し合い、ここに来て実際に授業をすることで当時の生活や出来事を子どもたちがイメージできるような展示を心掛けました。そのため、実際に手で触れることができる展示物も用意しました。他の地域の子どもたちにもぜひ見てほしいです。

●今後の展望を教えてください

地域と学校が一緒になって学校運営をしていかなければならない時代ではないかと感じています。私たちは見学の希望があれば、ボランティアでガイドを行っています。このガイドも次の世代につなげていけるように継続していながら、地域の貴重な財産を今後も継承し、子どもたちに生きた教材を提供し続けていきたいです。

市の人口(令和元年12月1日現在)

人口：156,880人 男：76,859人 女80,021人 世帯数：67,982世帯



編集・発行 上田市

〒386-8601長野県上田市大手1-11-16

TEL0268・22・4100 FAX0268・22・4131 ✉uedapr@city.ueda.nagano.jp

令和2(2020)年1月号(毎月16日発行)



アプリを通じて、市のお知らせをスマートフォンやタブレットからご覧いただけます。



この印刷物はグリーン購入法の基準を満たす紙と植物油インキを使用しています。