

第四次上田市行財政改革大綱を策定しました

市では、これまで三次にわたり大綱を策定し、行財政改革を進めてきましたが、その推進期間が令和2年度をもって終了することから、「上田市行財政改革推進委員会」へ諮問し、慎重な審議を経て大綱(案)の答申を受け、今年3月に本答申を最大限に尊重し、令和3年度を初年度とする「第四次上田市行財政改革大綱」を策定しました。新たな行財政需要に的確に対応し、行財政改革に取り組んでいくための指針として位置付ける本大綱の概要をお知らせします。

行政管理局 23・5163

▼行財政改革大綱とは

行政機関において、組織や機能、財政などの合理化・効率化・最適化を図るために今後取り組まなければならない改革の基本となる考え方や方針を示したものです。

▼市政を取り巻く課題

- (1) 人口減少・少子高齢社会への対応
 - (2) 自然災害や感染症への対応と課題
 - (3) 財政状況等の推移と課題
 - (4) 社会情勢の変化に柔軟に対応する組織づくりと人材育成
 - (5) 多様な主体の参加と協働による自治の推進と地域内分権の確立
 - (6) 第二次上田市総合計画の実現とSDGsの反映
 - (7) スマートシティ化の推進※
- ※行政サービス分野において、最先端技術の活用を図り、市民サービスの向上と行政事務の効率化を図ること。

▼大綱の位置付け

第四次上田市行財政改革大綱は、「地方行政のデジタル化」、SDGsを踏まえた持続可能な都市経営の推進、地域社会を支える多様な主体との「公共私」の連携といった新たな視点に加え、自然災害や感染症などがもたらす厳しい経済状況においても持続可能な財政基盤の構築を図り、「第二次上田市総合計画」に掲げる将来都市像を具現化するため、新たな行財政需要に的確に対応し、効果的かつ効率的で成果を重視する行財政改革に取り組んでいくための指針として位置付けます。

▼大綱の基本方針

- (1) 将来を見据えた新たな行政サービスへの改革
- (2) 健全で持続可能な財政基盤への改革
- (3) 時代に即した行政運営への改革

▼大綱の体系

第四次上田市行財政改革大綱の取り組むべき改革を体系づけ、重点的に取り組む事項を定めました。詳細は、次のページをご覧ください。

▼大綱の推進

- (1) 大綱の推進期間
令和3年度～7年度(5年間)
- (2) アクシオンプログラム
大綱に基づき重点的に取り組む具体的事項や目標、達成時期などを明確に定め、進行管理を行うためのプログラムを策定します。また、4年目(令和6年度)に中間評価を行い、次期大綱の策定に活用します。
- (3) 大綱の進捗管理
行財政改革大綱の取組状況は、広報うえだ、市ホームページなどで公表します。

▼その他

第四次上田市行財政改革大綱の詳細は、市ホームページからダウンロードできます。



大綱の体系

1

将来を見据えた新たな行政サービスへの改革

生活者起点を念頭に、ICTを活用した市民サービスの向上を図り、多様な主体による地域の自治を推進するための取組や、行政の透明性を高め、既存のサービスを見直し、新たな行政課題に的確に対応するための取組を進めます。

ア ICTの活用による行政サービスの向上と業務の効率化
●ICT(情報通信技術)を活用した行政手続のオンライン化、マイナンバー連携業務の拡充による市民サービスの向上、情報セキュリティ対策の徹底、ワンストップサービスなど市民満足度と利便性の向上

イ 多様な主体が市政に参画・協働する制度づくり
●民間活力の積極的な導入、地域が主体となって取り組む体制づくり

ウ 市民への説明責任を果たす的確かつ積極的な情報発信
●多様なメディアを活用した積極的な情報発信、市政の透明性を高め、市民目線に立った情報共有の仕組みづくり

エ 広域連携の推進
●広域的な市町村連携による役割分担や機能分担による、新たな行政サービスの充実や行政運営の効率化

2

健全で持続可能な財政基盤への改革

将来にわたり安定的かつ持続可能な財政基盤の確保に向けた、効率的な財政運営の取組を進めます。

ア 歳入の確保
●国・県などの補助制度の最大限活用、市税などの収納率の向上、遊休資産の処分、広告掲載事業、ふるさと納税の推進などの自主財源の確保

イ 健全な財政基盤の構築
●事務事業の選択と集中、既存事業の見直しなど歳入に見合う歳出構造への転換、公立大学法人長野大学や市立産婦人科病院などの改革、中長期の財政推計を踏まえ、将来を見据えた安定的な財政基盤の構築

ウ 市有財産の適切な管理と活用
●固定資産台帳による市有財産の整理、財務書類による正確な行政コストの把握と財政の「見える化」、ルールに則した市有財産の有効活用

エ 公共施設マネジメントの推進
●「公共施設マネジメント基本方針」に基づいた市民の共有財産である公共施設の適切な維持管理、適正配置の検討、有効な活用

オ 受益と負担のあり方の見直し
●市民の理解を得ながら、受益と負担の原則に基づき、サービスコストに見合う公平な負担となるよう適正化

3

時代に即した行政運営への改革

貴重な経営資源である「人(職員・組織)」のマネジメントの視点を踏まえ、社会情勢の変化などに対応できる簡素で効率的な行政運営の取組を進めます。

ア 行政組織の適正化
●複雑化・多様化する課題や新たな需要に迅速かつ効率的・効果的に対応できる組織づくり

イ 人材の確保・育成と職員の意識改革
●多様な人材の確保に向けた制度の充実や「上田市人材育成基本計画」に基づく計画的な育成の取組、市民の立場に立って行動できる人材の育成と職員の意識改革

ウ 仕事のやり方の見直し
●行政サービスの安定的・持続的な提供と市民満足度やサービスの向上、業務の省力化・ICT化による生産性の向上

エ 施策評価としての目標管理制度の運用
●「第二次上田市総合計画」の実現に向け、目標の明確化と効率的な政策推進を図るため目標管理制度の効果的・効率的な運用





上田市人権尊重のまちづくり 審議会の委員を募集



人権施策基本方針に関する事項のほか、市長の諮問に応じ、人権尊重のまちづくりに関する基本的事項を調査審議します。

応募資格

市内在住の20歳以上の方
(公募による他の審議会への参加者は応募できません)

募集人数 若干名

任期 委嘱の日から2年間

報酬 市の規定により支給

申込 6月18日(金)までに申込書(☎窓口、または市ホームページにあり)を記入の上、☎窓口へ。

※後日面接により決定

☎ 人権男女共生課 ☎23・5393



ホームページ

上田市文化少年団 加盟団体を募集



上田市文化少年団は、上田市の子どもたちが多彩な文化・芸術活動に積極的に参加できる環境を整えたいという想いで結成しました。それぞれに独立した文化団体が交流し、連携して活動することで、次世代の上田の文化を担う子どもたちの育成をめざしています。

主な活動

うえだ子ども文化祭、子ども文化講座

申込 6月1日(火)~25日(金)に、電話で。

その他 新入団員は随時募集しています。

☎ 上田市文化少年団事務局

(交流文化スポーツ課内) ☎75・2005



募 集



よい歯をお持ちの方大募集!



「親と子のよい歯のコンクール」の参加者を募集しています。

対象 平成31年4月1日~令和3年3月31日に、3歳児健康診査を受けた幼児とその保護者(両親のどちらか1名)で、親子ともに健康な歯をお持ちの方

申込 5月28日(金)までに健康推進課へ電話(☎23・8244)で。

☎ 長野県保健・疾病対策課

☎026・235・7141

うえだ城下町映画祭 実行委員募集



毎年11月に開催しているうえだ城下町映画祭の企画・運営を行う実行委員を募集します。映画が好きなお方、地域のイベントの企画・運営に興味のある方の申込をお待ちしています!

募集人数 若干名

対象 映画祭の趣旨に賛同し、月に約1回(平日の夜)の会議に参加できる方

申込 6月25日(金)までに電話またはホームページ内の問い合わせからメールで。後日、面談をさせていただきます。

その他

映画祭の趣旨、年間の活動など詳細はホームページをご覧ください。

☎ うえだ城下町映画祭実行委員会

(交流文化スポーツ課内)

☎75・2005



ホームページ

令和3年経済センサス- 活動調査を実施



6月1日(火)を基準日に、全国の事業所・企業を対象に経済構造を明らかにすることを目的として実施します。5月末日までに調査員が各事業所に伺い、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ぜひご利用ください(紙面による郵送での回答もできます)。

☎ 広報シティプロモーション課

☎23・2235

緑のカーテン用の種を配布



対象 市民または市内の事業所や保育園、幼稚園、学校

配布する種

アサガオ、フウセンカズラ、ゴーヤ、ユウガオ、ルコウソウ、千成ひょうたん
※前年収穫した種も含まれます

配布数 1件につき5袋まで

申込 5月6日(木)~6月18日(金)に、☎窓口または、丸子・真田・武石市民サービス課、豊殿・川西・塩田地域自治センター窓口へ。

☎ 生活環境課 ☎23・5120

その他

種は申込時にお渡しします。収穫した種の一部を翌年用に提供ください。また、アンケートにも協力をお願いします。

☎ 生活環境課 ☎23・5120

アクアプラザ上田 小川プールオープン



日時 6月6日(日)以降の10:00~17:00

その他 天候により利用を停止する場合があります。

☎ アクアプラザ上田 ☎26・2626

(スポーツ推進課)

5月分市税などの 納期限

- 軽自動車税 全期

5月31日(月)までの納付をお願いします。

☎ 収納管理課 ☎23・5117

6月は土砂災害防止月間



梅雨や台風の影響により、がけ崩れなどの土砂災害が発生しやすくなります。気象情報に注意し、早めの避難を心がけましょう。

新型コロナウイルス感染症の感染状況により、親戚や知人宅など、避難所以外への避難も考えておく必要があります。

家の周りの危険箇所や避難先を事前に「上田市災害ハザードマップ」で確認しておきましょう。

上田市災害ハザードマップ

は、自治会を通じて各戸に配布した冊子のほか、市ホームページでも確認できます。

気象情報や避難情報などは上田市メール配信サービスで通知しますので、ぜひ登録ください。

※上田市メール配信サービス(空メールで送信ください)

☎ 危機管理防災課 ☎21・0123



ホームページ

6月は児童手当・ 特例給付の支給月



令和3年2月~5月分までの児童手当・特例給付を6月10日(日)に指定口座に振り込みます。通帳の記帳によりご確認ください。

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(公務員の方は勤務先に問い合わせください)。

未申請の方は、手続きが済むまで支給できませんので、早めの手続きをお願いします。受給資格が分からないなど、不明な点は問い合わせください。

また、6月初旬に市から現況届(黄色の用紙)を送付しますので、受給者の健康保険証の写しと併せて6月30日(木)までに提出をお願いします。

☎ 子育て・子育て支援課 ☎23・5106

丸子市民サービス課 ☎42・1039

真田市民サービス課 ☎72・2203

武石市民サービス課 ☎85・2067

今月号から情報ア・ラ・カルトのレイアウトを変更し、横書きとしました。

お知らせ



上田情報ライブラリー 住民票・印鑑証明書交付を休止



システムメンテナンスのため、「住民票の写し」と「印鑑登録証明書」の交付を休止します。

休止日 6月6日(日)

場所 上田情報ライブラリー窓口

その他

所得証明書、納税証明書、軽自動車税納税証明書の交付はできます。

☎ 市民課 ☎23・5334

情報システム課 ☎23・8241

結婚新生活支援金の受付開始



新婚世帯の住居費および引越し費用を助成します。

対象

次の要件を全て満たす世帯

- 令和3年1月1日~12月31日までに婚姻届を提出し、受理された世帯
- 市内に住民票がある世帯
- 婚姻日の年齢が夫婦共に39歳以下の世帯(誕生日前日に年齢が加算されます)
- 令和2年分の夫婦の所得合計額が340万円未満の世帯(奨学金の返済額を所得から控除できます)
- 税の滞納がないこと
- 他の公的制度による家賃補助などを受けていないこと

補助対象経費

令和3年1月1日~令和4年2月28日までの転入および転居に伴う次の費用

- 新規の住宅賃貸費用(賃料、敷金、礼金、共益費、仲介手数料)
- 新規の住宅取得費用
- 結婚に伴う引越し費用

補助額 全額補助(上限30万円)

申込

6月1日(火)~令和4年3月7日(月)に関係書類(☎窓口、市ホームページにあり)を記入の上、☎窓口へ提出。

☎ 移住交流推進課 ☎21・0061



ホームページ

4月26日現在の情報はマスクをお持ちください。体調のすぐれない方の参加はご遠慮ください。

場所の記載がないイベントは、☎の施設で実施します。定員、料金、申込の記載がないものは、「定員なし」、「無料」、「申込不要」です。

資源循環型施設建設に係る 環境影響評価配慮書の説明会

上田地域広域連合では、清浄園用地を資源循環型施設の建設候補地とした環境影響評価に着手しており、現在はその最初の段階である配慮書の手続きを実施しています。

説明会では環境影響評価の概要や配慮書の手続きなどを説明します。

日時	場所
6月3日(木) 19:00~20:30	サントミュージアム小ホール

詳しくは広域連合ホームページを確認ください。



ホームページ

☎ 上田地域広域連合事務局ごみ処理広域化推進室(☎71・7705)



日本庁舎などで不要となった物品を売却します

新本庁舎の移転に伴い、旧本庁舎などの物品(事務机、ロッカー、キャビネット、応接セットなど)を市民や事業所の皆さんにお売りします。

- 日時** 6月5日(土)・6日(日) 10:00~16:00
対象 市内在住の方または市内の事業所
受付 市役所旧本庁舎1階ロビー
持ち物 身分を証明するもの(運転免許証など)。事業所の方は名刺。
流れ ①旧本庁舎1階ロビーで受付
 ②物品は、それぞれの庁舎のフロアにあるため、ご自身で確認後、現金と引き換えて搬出



- 注意事項**
- 物品の積み込み・搬出は、両日とも16:00までにすべてご自身で行ってください。
 - 搬出前の物品の下見、予約、取り置きなどはできません。
 - 物品の返品はできません。
 - 事故やトラブルが発生した場合、市は一切の責任を負いません。

☎ 庁舎整備室 ☎71・7702

申込 5月24日(月)までに、☎へFAXもしくは郵送で。

その他

応募用紙は、郵便番号・住所・氏名・電話番号、「河川愛護モニター応募用紙希望」と記入し、☎へFAXまたは郵送で請求ください。ホームページからも印刷できます。



ホームページ

☎ 〒380-0903
 長野市鶴賀字峰村74番地
 国土交通省千曲川河川事務所占用調整課
 河川愛護モニター募集係
 ☎026・227・7768
 ☎026・227・4071

(都市計画課)

申込 6月4日(金)までに持ち物を添付し、☎窓口へ(その場で面接あり)。

- 持ち物** ①顔写真付き履歴書
 ②顔写真付き履歴書、(准)看護師免許証の写し

その他 気象条件などにより勤務時間が変動する場合があります。

☎ 丸子総合体育館 ☎43・2250

河川愛護モニター募集

任期 7月1日~令和4年6月30日
募集人数 若干名
報酬 4,580円/月(予定)
内容 千曲川・犀川の利用状況や環境に関する意見などの報告(月1回以上)

← 続<

市営住宅6月期入居者募集

募集団地

千曲町4戸、内堀3戸、中丸子6戸、上丸子1戸、萩1戸、鳥屋1戸、上鳥居1戸、石経1戸

なお、募集団地、募集戸数は変動する場合があります。申込資格・住宅の構造や家賃などの詳細は、市ホームページまたは、問い合わせください。

申込 6月1日(火)~8日(火)に☎窓口または丸子・真田・武石市民サービス課窓口へ。



ホームページ

入居者決定方法

6月18日(金)に、中央公民館2階第1会議室で公開抽選を行います。

その他

ひとり親世帯、高齢者世帯、障がい者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。

☎ 住宅課 ☎23・5176

依田窪プール監視員・看護師募集

勤務期間

7月1日(木)~8月31日(火) 8:30~16:30

職種(募集人数)

- ①監視員(10名程度)
- ②(准)看護師(若干名)

勤務内容

- ①プールの監視、清掃など
- ②けがの応急処置・受付

対象 ①18歳以上の健康な方(高校生不可)

②資格を有する方

賃金 ①時給887円

②時給1,380円以上

← 続<

「活力あるまちづくり支援金」事業の2次募集

地域の活力や魅力を生み出す活動に対して支援する事業です。皆さんの積極的な応募をお待ちしています。

対象団体

5人以上の市民で構成された市民活動団体

対象事業

原則、市内全域において、市民活動団体が市民と共に地域の活性化やまちづくりに向けて、自主的・主体的に取り組む事業(イベントなどのソフト事業のみ)

補助期間 3年以内

補助率 対象経費の4分の3以内

補助限度額 上限30万円/年
 下限5万円/年

応募方法

事前に☎へ相談の上、6月4日(金)までに、所定の申込書(☎窓口、各地域自治センター、または市ホームページにあり)に記入し、☎窓口へ。*郵送不可



ホームページ

選考方法

申込団体による事業説明(プレゼンテーション)の上、選考いたします。

その他

新型コロナウイルス感染症の状況により募集の延期や事業実施の自粛を求める場合があります。

☎ 市民参加・協働推進課 ☎75・2230

7月3日(土) 信州上田祇園祭 開催中止

新型コロナウイルス感染症の状況により開催中止となりました。

☎ 上田市自治会連合会 ☎22・4130
 (市民参加・協働推進課)

インターンシップ(職業体験)に参加しませんか

高校生以上の学生を対象に、夏休みを利用したインターンシップの地域企業とのマッチングを行いますので、ぜひご利用ください。

夏休み期間以外の参加希望にも対応しますので、お気軽に問い合わせください。

申込 7月1日(木)までに電話で。

☎ 上田職業安定協会(上田商工会議所内) ☎22・4500

(地域雇用推進課)



令和3年度 生ごみ出しません袋を配布

生ごみを可燃ごみとして排出しないこと、生ごみ以外のごみの減量・再資源化にも取り組むことを宣言できる市内在住の世帯に無料配布します。

申請期間 5月17日(月)~令和4年3月31日(木)

配布枚数 1世帯30枚
 (配布は年度内で1回のみ。袋は燃やせるごみの指定袋「小」と同程度の大きさ)

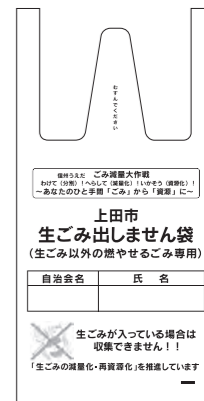
申請場所 上田クリーンセンター、丸子・真田・武石市民サービス課

その他 ●使い終わった場合や使用を中止した場合は「実績報告書」を提出ください。

●ごみの減量・再資源化の具体例は次のとおりです。

- ①生ごみを可燃ごみとして排出しない。
- ②小さな雑がみは可燃ごみではなく、資源物回収へ出す。
- ③マイバックを使ってレジ袋を断る。 など

☎ 廃棄物対策課・ごみ減量企画室 ☎22・0666



4月26日現在の情報はマスクをお持ちください。体調のすぐれない方の参加はご遠慮ください。イベント参加の際はマスクをお持ちください。体調のすぐれない方の参加はご遠慮ください。

場所の記載がないイベントは、☎の施設で実施します。「無料」、「申込不要」です。場所の記載がないものは、「定員なし」、「無料」、「申込不要」です。



花づくり講習会(基本編)

上田地域の気候、風土にあった花づくりの基本を学びます。

日時 6月16日(木) 14:00~16:00

場所 中央公民館3階大会議室

講師 武田正男氏

(元農業バイオセンター所長)

定員 先着50名

持ち物 筆記用具

申込 5月24日(月)~6月11日(金)に、電話で。

☎ 都市計画課 ☎23-5127



ひきこもり家族教室

人間関係や働くことができずに悩み、不登校や引きこもりになる方とその家族を対象に開催します(全2回)。

期日

◇第1回 5月31日(月)

◇第2回 7月7日(木)

◇共通事項

時間 14:00~16:00(受付13:30~)

場所 ひとまちげんき・健康プラザ

演題 いまここ流 ひきこもり家族の対話の会

講師 田邊佳代子氏・島田康行氏
(いまここ診療所)

対象 市内在住の方

定員 10組程度(両日参加できる方)

申込 5月24日(月)~28日(金)に、電話で。

☎ 健康推進課 ☎23-8244

講座・教室

アウトドアを楽しむ講座

アウトドア活動を満喫し、災害などの緊急事態にも対応できる知識や技術を学びます(全3回)。

日時 5月28日(金)、6月4日(金) 18:30~20:00

6月27日(日) 10:00~15:00(屋外で調理)

場所 中央公民館2階第1会議室

講師 加々美真代氏

(やまぼうし自然学校代表理事)

定員 10名程度

料金

1,100円/回

(6月27日のみ、

別途料金あり)

申込

5月21日(金)~27日(木)に、電話で。

☎ 中央公民館 ☎22-0760

日本遺産おもてなし講座

夏至の日に朝日が鳥居から昇りレイラインがつながく生島足島神社と塩田地域を巡りながら学びます。この機会にパワースポットを訪れてみませんか。

日時 6月18日(金) 9:00~12:30

定員 先着30名

料金 1,000円(保険代・資料代)

申込 5月22日(土)以降、電話で。

☎ ゲートウェイ信州上田城下町会長(池田) ☎090-1403-4029
(交流文化スポーツ課)

催し

第7回 空き家・住宅に関する相談会

大好評につき、不動産の専門家があなたの疑問に答える無料相談会を行います。

事前予約制で、相談時間は1人30分程度です。

日時 6月17日(木)・18日(金)

13:00~16:00

場所 サントミュージゼ第1会議室

内容

- 実家の空き家を何とかしたい!
- 古い住宅をリフォームしたい!
- 無料耐震診断のことが知りたい!
- 空き家は売れるの? 貸せるの?
- 家を壊すと固定資産税が6倍になるって本当? など

※内容により、関係機関へ照会する場合があります。

対象 市内に空き家・住宅を所有している方

定員 各日先着5名

申込

5月24日(月)~6月11日(金)に、電話で。

☎ 空き家対策室 ☎71-6722

第48回東信美術展

日本画、洋画、彫刻、工芸4部門の公募による展覧会です

日時 5月29日(土)~6月6日(日)

9:00~17:00

(6月1日(火)は休館日)

場所 上田市立美術館企画展示室

料金 大人400円(70歳以上、大学生以下、障がい者と付き添いの方は無料)

☎ 生涯学習・文化財課 ☎23-6370

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5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、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2019年産以降のもの)

☎ フードバンク信州

☎026-219-3215

(福祉課)

- ①・②は、生活環境課へ。
- ③は、真田市民サービス課へ。

※申込が募集区画数に達した時点で募集は終了します。

※6月1日(火) 9:00までに集まった方は申込順を決める抽選を行い、9:00以降に集まった方は先着順です。

必要書類

霊園利用許可申請書(窓

口または市ホームページに

あり)

住民票の写し(※本籍記載のもの)

Ⓐの場合: 死体埋火葬許可証の写し

Ⓑの場合: 寺社または墓地管理者の証明

その他

次の霊園は随時募集しています。

霊園名/募集区画/申請窓口

上野霊園/壁面区画78区画/生活環境課

丸子霊園/22区画/丸子市民サービス課

☎ 生活環境課 ☎22-4140

真田市民サービス課 ☎72-0154

丸子市民サービス課 ☎42-1216

あたたかい心

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

- ◇サントミュージゼパートナーズ
サントミュージゼの活動にご賛同いただき、協賛金をご寄附いただいた企業様
Bパートナー 第一商工株式会社様
Aパートナー 株式会社宮下組様
- ◇アイネット合同会社様
ウイルス除菌液18リットル30箱・
飛沫防止アクリルパーティション25枚
/新型コロナウイルス感染症対策として
- ◇ハナサカ軍手プロジェクト様
ちび軍手 1,212双
/市内小学1年生へ

- ◇白石恵子(真田弁丸役)様
現金51,300円
/新型コロナウイルス感染症対策として
- ◇山越八恵子様
現金20万円/子育て支援として
- ◇第一生命保険株式会社社長野支社様
現金20万円
/新型コロナウイルス感染症対策として
- ◇山崎二郎様
100万円相当の品/丸子中央小学校へ
100万円相当の品/丸子中学校へ

市営霊園利用者募集

①上田市霊園(諏訪形1756)

募集区画/管理料(1年間)/永代使用料
13区画/1,420円/16万8千円

②塩尻霊園(下塩尻823)

募集区画/管理料(1年間)/永代使用料
2区画/1,520円/30万円

③真田古城霊園(真田町長8081-1)

募集区画/管理料(1年間)/永代使用料
第1種は1区画、第2種は6区画
/3,050円

/第1種は21万円、第2種は25万円

◇共通事項

応募資格

市内に住所があり、墓地をお持ちではなく、遺骨を次のいずれかの状態にしている方

- 自宅に安置している…Ⓐ
- 親戚などの墓地に仮埋葬している…Ⓑ
- 寺社などに預けている…Ⓒ

申込

6月1日(火) 9:00以降、必要書類を用意の上、希望の①~③の各窓口へ。

☞ 続々 ☞

●ふるさと寄附金
732件 12,513,018円

4月26日現在の情報のため、イベントなどは変更となる場合があります。

場所の記載がないイベントは、窓の施設で実施します。「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。

～朝から健幸～
あたま・からだ元気体操夏の部

市民の皆さんの運動習慣の形成と高齢者の外出促進、コミュニティの活性化を目的として行います。朝からみんなでからだづくりと仲間づくりを楽しみましょう。

日時 6月～10月の毎週土曜日
6:30～7:00 ※雨天中止
(中止時の連絡はありません)

- 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 ●塩田地域自治センター
 - 丸子ベルパーク ●真田保健センター

対象 どなたでも
内容 ラジオ体操第一、信濃の国上田健幸体操、ロコモ予防やストレッチなどの健康づくりに役立つメニューを週替わりで紹介

健康推進課 ☎28・7123

健康・スポーツ

介護予防体操

期日/場所(定員は①のみあり)

- ① 6月3日(休)・9日(休)・15日(休)
／上田市高齢者福祉センター(各回先着30名)
- ② 6月1日(休)／丸子総合体育館
- ③ 6月15日(休)／長瀬市民センター
- ④ 6月9日(休)・28日(休)／真田中央公民館
- ⑤ 6月4日(休)・18日(休)／武石総合センター

申込 ②～⑤は申込不要。①は5月24日(休)以降、電話で(複数日の申込不可)。

◇共通事項

時間 10:30～11:30

持ち物 飲み物、②のみ敷物(バスタオルなど)と室内用運動靴

高年齢者介護課 ☎23・5140

庭木・庭園管理講習

上小造園組合が講師として、庭木の剪定に関する知識や技術などを学びます。

技術を身に付け、シルバー人材センターに加入してみませんか(全4回)。

日時 6月14日(月)・15日(火)・17日(水)・18日(木)
9:00～15:00

場所 上田創造館、豊殿地域自治センター

対象 60歳以上の方

定員 先着15名

持ち物 木鋏、剪定鋏、刈り込み鋏、鋸、作業用手袋、タオル、飲み物、昼食(ヘルメットの無料貸出あり)

申込 6月4日(金)までに電話で。

上田地域シルバー人材センター

☎23・6002

ハローワーク上田 ☎23・8609

(高齢者介護課)

親子で遊ぼうグーチョコキパ
野菜のスタンプで遊ぼう!

日時 6月30日(水) 10:00～12:00

場所 信州国際音楽村、生涯学習の里研修センター、ラベンダー畑

講師 北村好美氏

対象 市内在住の未就園児と保護者

定員 先着10組

料金 110円/組

持ち物

スタンプに使える水分の少ない野菜(ピーマン、オクラなど)、タオル、飲み物など

申込 5月25日(火) 9:00以降、電話で。

丸子公民館 ☎42・3147

務などの知識や技能を身に付け、関連資格を取得して医療機関などへの就職を目指します。無料の託児サービスもあり、お子さんがいらっしゃる方も安心して受講できます。

期間 7月30日(金)～9月29日(水)
9:30～15:00

※土・祝日、8月13日(金)を除く
場所 榎二チイ学館長野校上田教室(天神1-8-1 上田駅前ビルパレオ6階)

応募資格 ハローワークに求職登録し、全訓練期間受講できる方

定員 20名

※7月13日(火)の入校選考で決定

料金 無料(別途教科書代・受験料)

申込 7月1日(休)までに、受講申込書(ハローワーク訓練担当窓口(あり)をハローワークに提出)。

長野県工科短期大学校 ☎39・1111

(地域雇用推進課)

お仕事をお探しの方への
職業訓練施設見学会

ポリテクセンター長野(長野職業能力開発促進センター)の施設見学や無料公共職業訓練の説明会を行います。

日時 6月3日(休)・22日(火)
9:45～12:30

場所 ポリテクセンター長野(長野市吉田4-25-12)

対象者 ハローワークに求職登録している方

定員 各日20名程度

申込 電話で(当日の申込みもできます)。

ポリテクセンター長野

☎026・243・7856

(地域雇用推進課)

料金 無料(別途テキスト代)

申込 5月24日(月)以降、電話で。

若者サポートステーション・シナノ ☎75・2383

(地域雇用推進課)

公共職業訓練9月開講コース

求職中の方を対象に、ものづくりの技術、設備の保守などの知識・技能・技術を身に付け、早期就職を目指す6か月の公共職業訓練です。

募集コース/募集人数

- ①機械CAD/NC加工科/15名
 - ②建築CADデザイン科/20名
- ※8月5日(木)の入校選考で決定

訓練期間

9月1日(火)～令和4年2月24日(休)
(②は2月22日(火)まで)

場所 ポリテクセンター長野

(長野市吉田4-25-12)

応募資格 ハローワークに求職登録し、全訓練期間受講できる方

料金 無料(別途テキスト代など)

申込 6月1日(火)～7月27日(火)に、受講申込書(ハローワーク窓口(あり)を記入し、ハローワークに提出)。

ポリテクセンター長野

☎026・243・7856

(地域雇用推進課)

公共職業訓練
医療クラーク養成科(医科・調剤)

求職中の方を対象とした2か月間の公共職業訓練です。

医療現場の実務に役立つ医療事務および診療報酬請求事務(医科)・調剤報酬請求業務

続<

講座・教室

甲乙共通課程 防火管理講習

多くの人が入り出し、勤務または居住する建物(防火対象物)の所有者・経営者などは、建物の用途や規模、収容人員により、防火管理者を選任し、防火管理上必要な業務を実施しなければなりません。

防火管理者の資格を付与する甲種防火管理者新規資格取得講習(2日間)および乙種防火管理講習(1日間)を行います。

日時 7月15日(休)・16日(金) 9:30～16:30
(乙種防火管理講習は15日のみ)

場所 丸子文化会館

対象 防火管理者資格の取得を希望される方

定員 先着50名

料金 甲種4,000円、乙種3,000円
(上田地域防火協会会員は半額、当日徴収)

持ち物 筆記用具

申込 6月14日(月) 9:00以降、窓口にまたは丸子・真田・東御・依田窪南部消防署の窓口で。

消防予防課 ☎26・0029

求職者向けのパソコン講座

ワード・エクセルの基本操作と応用を学びます(Office2019を使用)。

日時 6月17日(水)・18日(木)・21日(日)～23日(火)
10:00～12:00(全5回)

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)

対象 15～39歳の求職中の方

定員 先着5名(6月16日(火) 10:00～の講座説明会への参加必須)

続<

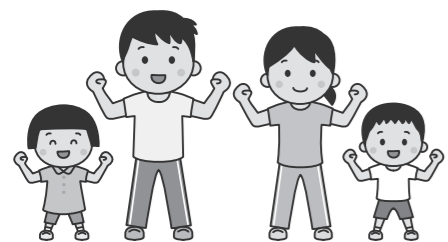
イベント参加の際はマスクをお持ちください。体調のすぐれない方の参加はご遠慮ください。4月26日現在の情報のため、イベントなどは変更となる場合があります。

場所の記載がないイベントは、窓の施設で実施します。定員、料金、申込の記載がないものは、「定員なし」、「無料」、「申込不要」です。



子どもと親子の運動教室

- ① **ポッポ体操教室**
 入園前のお子さんと一緒に広い室内で思い切り運動しましょう。
日時 6月1日(火)・15日(火)
 10:30~11:30
場所 上田城跡公園体育館剣道場
対象 1歳半~入園前の親子
料金 700円/組
- ② **親子運動あそび教室**
 親子で楽しく、遊びの感覚で運動します。
日時 6月12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 500円/人(親は無料)
- ③ **キッズ身体機能向上教室**
 身体の使い方を覚えスポーツに適応できる能力を育てます。
日時 6月19日(土) 10:00~11:00
場所 川辺小学校体育館
対象 小学1~3年生
料金 500円/人
- ◇ **共通事項**
持ち物 室内用運動靴、タオル、飲み物
申込 開催日前日15:00までに電話で。
問 ㈱クラブU.S.C ☎26・5320
 (平日 10:00~16:00) (スポーツ推進課)



たけし歴史さんぽみち

武石の七ヶ・藪合名所や旧跡をウォーキングします(往復約5km)。
日時 6月27日(日) 9:00~12:00
 (受付 8:45~)
 ※小雨決行(荒天時は延期)

場所 武石体育館駐車場(武石2)

対象 市内在住の方
定員 先着30名
持ち物 飲み物、帽子

申込 5月24日(月)~6月11日(金)に電話で。
問 武石スポーツ協会 ☎85・2280 (健康推進課)



Jrバスケットリニック

バスケットボールの基本から練習方法、考え方など上達のコツを教えます。部活動とは別に、バスケのノウハウを学びたい人におすすめです!

日時 6月4日(金) 19:00~21:00
場所 塩田西小学校体育館
対象 中学生男女
定員 男女各5名
料金 1,000円
持ち物 室内シューズ、タオル、飲み物

申込 5月24日(月) 9:00以降、電話で。
問 ㈱うえだミックススポーツクラブ ☎71・5392(平日 9:00~17:00) (スポーツ推進課)



熟年体育大学 インターバル速歩体験会

体力測定を行い、それぞれに合うインターバル速歩トレーニングを行います。筋力アップや運動不足に効果的です。
日時 6月2日(火) 13:30~15:00
場所 丸子総合体育館
対象 市内在住の方
定員 先着20名
申込 5月28日(金)までに電話で。
問 ㈱熟年体育大学リサーチセンター ☎0263・37・2697 (平日 9:00~16:00) (健康推進課)

アクアポールエクササイズ

温泉プールで2本の水中ポールを使い、ウォーキングなどを行います。
日時 6月15日(火) 10:30~11:15
場所 クアハウスかけゆ
定員 12名程度
料金 810円(施設使用料込み)
持ち物 水着・タオル(有料貸出あり)、水泳キャップ(無料貸出あり)、飲み物

申込 5月23日(日)以降、電話または窓口で。
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。
問 クアハウスかけゆ ☎44・2131 (10:00~20:00 第2・4火曜日休館) (丸子産業観光課)



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。

アリオモール ウォーキング教室

歩き方の指導の後、店内を快適に歩きます。季節や天候に左右されずに健康ウォーキングができます。
期日/場所
 6月7日(月)/星のコート
 7月9日(金)/太陽のコート
 8月6日(金)/太陽のコート
 (9月以降毎月1回開催します)

◇ **共通事項**
時間 10:00~11:00
講師 市総合型地域スポーツクラブスタッフ
問 上田市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会事務局 ☎26・5320 (平日 10:00~16:00) (スポーツ推進課)

ホテルウォーキング

アクアプラザ駐車場から千曲川河川敷、下塩尻桜づつみホテル水路を歩きます。到着時には光舞うゲンジボタル観賞を楽しみましょう(往復約5km)。
日時 6月10日(木) 19:00~20:30
 (受付 18:45~)
 ※少雨決行(荒天時は中止)

場所 アクアプラザ上田駐車場(上塩尻623)
対象 市内在住の方
定員 先着15名
持ち物 飲み物、タオル、懐中電灯
申込 5月24日(月)以降、電話で。
問 ㈱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)

③ **筋トレ・脳トレスクエアステップ**
 /6月23日~9月8日の水曜日(全10回)/10:30~12:00/上田城跡公園体育館柔道場/20名程度/3,000円(初回徴収)

◇ **共通事項**
申込 5月24日(月)~6月7日(月)に、申込書(各窓口にあります)を記入の上、各窓口(上田市体育協会、上田城跡公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)へ提出。市ホームページ(電子申請)からも申込できます。
問 上田市体育協会 ☎27・9400 (スポーツ推進課)



第70回市民総合体育大会 バレーボール競技

「ママさんバレーガイドライン2010」による9人制のバレーボール大会です。
日時 6月27日(日)受付 8:00~
場所 上田城跡公園体育館
対象 市内在住・在勤・在学の中学生以上の女子で構成するチーム
料金 3,000円/チーム(申込締切日までに銀行振込み)

- 口座 八十二銀行神科支店 普通 213558
- 名義 ウエダバレーボールキョウカイ

持ち物 試合球1個 (JVA検定12枚張4号球白色)
申込 6月10日(木)までに申込用紙を記入の上、郵送(〒386-1324 上田市五加697-5 小福田洋 宛)で。
問 うえだバレーボール協会(青木) ☎090・4591・1178 (スポーツ推進課)

健康・スポーツ

ノルディックウォーキングで歩く歴史の道~柳町

ポールを使って歩く講習の後、上田城跡公園から矢出沢川沿いや柳町を歩きます(往復約6km)。
 ポールを使うためリュックサックなどでお越しください。
日時 6月6日(日) 8:30~11:00
 (受付 8:00) ※少雨決行
集合場所 上田城跡公園やぐら下駐車場(ハローワーク上田向かい側)
対象 市内在住の方
定員 先着15名
持ち物 ポール(無料貸出あり)、飲み物、帽子、タオル、雨具
申込 5月24日(月)~6月1日(火)に電話で。
問 健康推進課 ☎28・7123 (開催日当日は信州上田ノルディックウォーキング協会事務局 ☎24・1812)

上田市スポーツ教室

教室名
 /期間/時間/場所/定員/料金

① **ナイターテニス**
 /7月3日~8月28日の土曜日(全8回)/19:00~21:00/古戦場公園テニスコート/60名程度/6,000円(初回徴収)

② **ゆっくり充実入門ヨガ・ウォーキング**
 /6月23日~9月8日の水曜日(全10回)/13:30~15:30/上田城跡公園体育館柔道場/20名程度/3,500円(初回徴収)

← 続 >

イベント参加の際はマスクをお持ちください。体調のすぐれない方の参加はご遠慮ください。4月26日現在の情報のため、イベントなどは変更となる場合があります。

場所の記載がないイベントは、問の施設で実施します。定員、料金、申込の記載がないものは、「定員なし」、「無料」、「申込不要」です。



真田図書館

おはなし広場
「民話の会」の皆さんによるさなだの民話をもとにした読み聞かせです。
日時 6月19日(土) 10:30~
定員 20名程度

マルチメディア情報センター

イラストレーター
初歩から学べるIllustrator講座
Illustratorの基本(ペンツールや図形ツール、文字の入力など)を学び、名刺を作ります(CC2021使用)。
日時 6月3日・10日・17日・24日の木曜日 13:30~16:00
講師 上島亜希子氏(デザイナー)
対象 パソコン操作に慣れている方
定員 先着10名
料金 4,000円(別途テキスト代2,178円)
申込 5月24日(月)以降、電話で。

サイエンスカフェ ダンゴムシ、オオグソクムシ、ミナミコメツキガニの心理学!

迷路を作ってダンゴムシを歩かせる様子を観察するなど、身近なダンゴムシ、深海のオオグソクムシ、沖縄のミナミコメツキガニに心を見出す実験を紹介しながら、生命とはなにか?を一緒に考えます。
日時 6月5日(日) 13:30~15:30
講師 森山徹氏(信州大学繊維学系准教授)
対象 どなたでも(小学3年生以下は保護者同伴)
定員 先着16組
料金 200円
申込 5月24日(月)以降、電話で。



丸子図書館

ライブラリー
クラシックコンサート
丸子図書館と信州国際音楽村との共同企画としてライブラリークラシックコンサートを開催します。親しみやすい曲を中心に演奏します。図書館でのひとときをお楽しみください。

日時 6月18日(金) 19:00~20:00 (開場 18:45)
場所 丸子図書館 閲覧コーナー
定員 40名程度
申込 6月1日(火)以降、電話または窓口へ。



おはなし会

「エプロンママ」の皆さんによる紙芝居や絵本の読み聞かせなどです。
日時 6月19日(土) 10:30~
定員 先着12組
申込 6月1日(火)以降、窓口または電話で。

上田市公文書館

収蔵資料展 「上田町から上田市へ —明治22年の上田町誕生から 大正・昭和(戦前)までの歩み—」

明治22(1889)年に市制・町村制が施行され上田町が誕生しました。当時の上田町条例第1号を展示するほか、大正・昭和(戦前)の資料9点、写真9点を6月27日(日)まで展示しています。
説明会日時
5月29日(土)・6月13日(日)
10:00~、11:00~、13:00~、14:00~(各日4回ずつ開催)
定員 各回先着5名
申込 5月23日(日)以降、住所・氏名・電話番号を電話またはメールで。

上田情報ライブラリー

絵本講座(大人向け)
1冊の絵本を2回にわたって取り上げ、全6回で学びます。大人だからこそ得られる感動や気づきを味わいませぬか。

日時 6月13日(日)以降の毎月第2日曜日10:00~12:00(8月を除く)
場所 上田駅前ビル・パレオ2階会議室
内容 初回「げんきなマドレーヌ」/ルドウィヒ・ベームルマンズ作・画 瀬田貞二訳(福音館書店。できるだけ持参ください)
講師 稲垣勇一氏(絵本講師、読書アドバイザー)
定員 先着20名
料金 3,000円/年(初回徴収)
申込 5月24日(月)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 6月23日(木) 18:30~20:10
テーマ 今の「わたし」を受けとめよう!
講師 中澤武氏(哲学者)
定員 先着20名
料金 500円(資料代)
持ち物 筆記用具
申込 5月26日(水)以降、電話で。

ごきげんな毎日のための コミュニケーションのすすめ 【子育て・家族編】

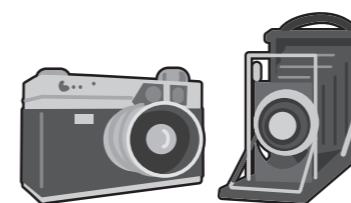
毎日の生活や子育ての中で生かせる効果的なコミュニケーションの取り方を考えてみませんか。皆で学びあう参加型セミナーです。
日時 6月25日(金) 13:30~15:00
テーマ その子らしさを伸ばそう
講師 中島真紀氏(コミュニケーション講師)
定員 先着20名
料金 500円(資料代)
持ち物 筆記用具
申込 5月24日(月)以降、電話で。

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。

上田情報ライブラリー

上田写真館
—上田地域の写真史—

江戸時代から昭和期にかけて、人物を中心に当時の上田地域の写真文化の発展を読み解く講座です。
日時 6月16日(水) 14:00~15:30
テーマ 明治の写真館 田中鼎三・大石良蔵など
講師 尾崎行也氏(上田社会教育大学講師)
定員 先着30名
料金 100円
申込 6月3日(日)以降、電話で。



まゆ 繭ホール朗読会

日時 6月19日(土) 18:45~(受付 18:15~)
作品 「置土産」 正岡容作 ポプラ社「百年文庫」より
出演 青木裕子氏(元NHKアナウンサー、軽井沢朗読館館長)
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)
申込 5月24日(月)以降、電話で。

施設イベント

上田図書館

上田図書館・創造館分室休館

資料整理、蔵書点検などのため休館します。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、東御市、坂城町、青木村、長和町の各図書館)は休館日を除いて開館しています。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の図書館へお願いします。
休館期間
上田図書館 6月10日(木)~17日(日)
創造館分室 6月15日(火)~17日(日)

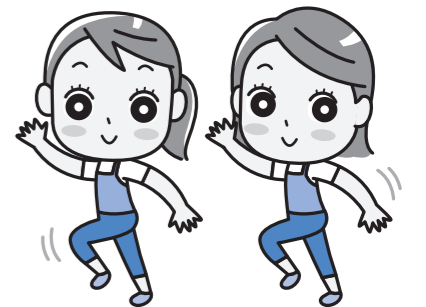
おはなしと本の会

「おはなしざしきわらしの会」の皆さんによるおはなしやわらべうたです。
◇創造館分室
日時/対象
6月26日(土) 10:30~/未就園児
11:00~/園児・児童
対象 乳幼児~小学生とその保護者
定員 各10名程度
その他
上田図書館のおはなし会は、特別整理休館中により今回は開催しません。

健康・スポーツ

大人の健康維持教室

①エアロビクス&トレーニング
有酸素運動のエアロビクスで心地よく汗をかいてからトレーニング・ストレッチ。都合の良い日だけの参加もできます。
日時 毎週金曜日(月4回) 13:30~14:20
場所 上田城跡公園体育館剣道場
料金 3,000円/月、または800円/回
持ち物 室内用運動靴、ヨガマット、飲み物
②楽トレ脳トレ教室
軽い筋力アップ・脳トレ運動を楽しく行います。椅子に座っての運動もあります。
日時 毎週木曜日 10:00~11:15
場所 神川地区公民館
料金 初回500円(2回目以降、700円)
持ち物 室内用運動靴、飲み物
対象 おおむね65歳以上の方
申込 開催日前日15:00までに電話で。
☎クラブUSC ☎26-5320 (平日 10:00~16:00) (スポーツ推進課)



イベント参加の際はマスクをお持ちください。体調のすぐれない方の参加はご遠慮ください。4月26日現在の情報のため、イベントなどは変更となる場合があります。

場所の記載がないイベントは、箇の施設で実施します。定員、料金、申込の記載がないものは、「定員なし」、「無料」、「申込不要」です。

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(本庁舎)	不要	上田市消費生活センター ☎75・2535
法律相談(1人年1回、20分/回)	11日(金)・25日(金)	13:00～16:00		事前に電話で	生活環境課 ☎22・4140
行政相談	8日(火)			不要	
土地境界問題・登記法律相談 不動産鑑定相談	10日(木)			不要	
行政相談／登記・法律相談	16日(水)	9:00～12:00	丸子地域自治センター	事前に電話で	丸子市民サービス課 ☎42・1216
人権擁護委員による人権悩みごと相談	毎週月～金曜日	8:30～17:15	—	不要	みんなの人権110番 ☎0570・003・110
	毎週月・水・金曜日	9:00～16:00	長野地方方法務局 上田支局		長野地方方法務局上田支局 ☎23・2001
	1日(火)	10:00～16:00	勤労者福祉センター2階 第2会議室		人権男女共生課 ☎23・5393
	1日(火)・29日(火)	9:00～12:00	丸子ふれあいステーション		丸子解放センター ☎42・6694
	1日(火)		真田地域自治センター		真田市民サービス課 ☎72・0154
7日(月)		武石地域総合センター	武石市民サービス課 ☎85・2827		
女性の悩みごと相談	1日(火)	10:00～16:00	勤労者福祉センター2階 第2会議室	人権男女共生課 ☎23・5393	
女性弁護士による法律相談	24日(木)	10:00～12:00	市民プラザ・ゆう	事前に電話で	市民プラザ・ゆう ☎23・5245 ☎27・3123 (人権男女共生課)
女性相談員によるなんでも相談	毎週火曜日	11:00～18:00		2日前までに電話で	
	毎週木曜日 12日(土)・26日(土)	10:00～17:00			
認知機能検査・認知症予防相談	毎週水曜日	9:30～12:00	市役所(本庁舎)	事前に電話で	高齢者介護課 ☎23・5140
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 ☎23・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 ☎22・8080 (生涯学習・文化財課)
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 ☎23・2000
児童生徒の教育相談				教育相談所 ☎27・0241	
発達相談				8:30～17:15	事前に電話で
わが子の就職等相談会	毎週月曜日	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	若者サポート ステーション・シナノ ☎75・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				
求職・労働相談、無料職業紹介	毎週月～木曜日	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	地域雇用推進課 ☎24・7363
生活・就労相談	毎週月～金曜日	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) ☎71・5552 (福祉課)
外国人住民のための総合相談	毎週月～金曜日	9:00～17:00	多言語相談 ワンストップセンター (市役所本庁舎1階)	不要	人権男女共生課 ☎75・2245

※相談内容によっては、時間や申し込みなどに条件がある場合がありますので、連絡先に問い合わせください。また、体調のすぐれない場合は、ご来場をお控えください。ご来場の際はマスクの着用をお願いします。



消費生活センターだより① インターネット使用中に突然現れる“ウイルス感染警告”に注意!

●事例

インターネットを使用中、警告音が鳴り、“ウイルスに感染している”というメッセージが出た。画面は消えず、慌てて表示された連絡先に電話。「パソコンにウイルスが入っているので今すぐ取り除く必要がある」と言われ、遠隔操作によるウイルス除去を承諾。請求額は8万円。その後、相手から電話があり、コンビニで電子マネーを購入して支払うように言われた。

●消費生活相談員からのアドバイス

セキュリティ警告画面は、実際にウイルス感染を警告しているわけではありません。画面上に広告が表示される仕組みを使い、偽の警告画面を表示させているものがほとんどです。多くの場合、画面を閉じ、再起動させれば、警告音や偽の警告画面を閉じることができます。今回の事例は、遠隔操作による高額請求でしたが、パソコンなどで過去に使用したクレジットカード情報や個人情報盗み取られ、さらなる被害を受ける可能性もあります。連絡先が表示されても絶対に電話をかけないでください。また、警告画面を見ても慌てないためにウイルス対策ソフトをインストールしておくことが重要です。警告画面が消えない、電話をかけてしまった場合など、困った時は上田市消費生活センター(☎75・2535)か、消費者ホットライン(局番なしの☎188)へ、早めにご相談ください。



エコ・ハウス(上田クリーンセンター内) 回収します。古着を回収します。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。外から中身が見えるビニール袋に入れてお持ち込みください。日時 6月4日(金) 10:00～12:00

エコ・ハウス(上田クリーンセンター内) 回収します。古着を回収します。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。外から中身が見えるビニール袋に入れてお持ち込みください。日時 6月4日(金) 10:00～12:00

古着を回収します

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。外から中身が見えるビニール袋に入れてお持ち込みください。日時 6月4日(金) 10:00～12:00

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(金銭の授受は一切なしとします。登録期間は3か月です)。ゆずります 家具調こたつ(70cm×70cm) / 折りたたみベッド/デスクワーク用机・イス(70cm×120cm) / 庭木の剪定の

続

マルチメディア情報センター

☎39・1000 水曜日休館

Word初心者3日間コース

文書作成ソフトWordの基本操作(文字入力やビジネス文書の作成、表や画像のある文書作成)を学びます。(Microsoft365/2019対応) 日時 6月8日・15日・22日の火曜日 13:30～16:00 対象 文字入力ができる方 定員 先着10名 料金 3,500円(別途テキスト代1,320円) 申込 5月25日(火)以降、電話で。

Excel VBA販売プログラム作成

2日間で商品データの抽出、得意先データの印刷、販売データの入力などを行うプログラム作成を通して、VBAを活用します。日時 6月5日・12日(出) 9:30～12:00 対象 Excelの操作に慣れていて、VBAの変数や制御構造の基本的な使い方がわかり、これから活用したい方 定員 先着10名 料金 2,500円(別途テキスト代2,860円) 申込 5月29日(土)以降、電話で。

初心者向けスマホ用語解説講座

スマートフォンが動くしくみや用語解説、使う上で気をつけることなどをわかりやすく説明します。初心者向けのため、詳細な技術や専門的な説明はありません。講義の後、個別のご質問にもお答えします。日時 ①6月25日(金) 13:30～15:30 ②6月28日(月) 9:30～11:30 (参加は①②どちらかのみ) 対象 スマホ用語がわからない、スマホがなんとなく怖いと感じている方 定員 先着10名 料金 各回500円 申込 6月15日(火)以降、電話で。



4月26日現在の情報のため、イベントなどは変更となる場合があります。

場所の記載がないイベントは、園の施設で実施します。定員、料金、申込の記載がないものは、「定員なし」、「申込不要」です。