

### 5月分市税などの納期限

● 軽自動車税 全期  
5月31日(火)までの納付をお願いします。  
☎ 収納管理課 ☎23-5117

### 募 集

#### 市営住宅6月期入居者募集

**募集団地**  
千曲町4戸、中丸子5戸、上丸子2戸、鳥屋1戸、上鳥居1戸、上沖1戸  
なお、募集団地・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、市ホームページをご覧ください。

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

**入居者決定方法**  
6月17日(金)に市役所本庁舎3階会議室で公開抽選を行います。  
※抽選後に申し込みのなかった住宅がある場合は、引き続き当選されなかった方を対象とした再募集と抽選を行います。

**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、優先枠に申し込みことができますが、入居を保証するものではありません。

☎ 住宅課 ☎23-5176

#### 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** 5月27日(金)

**申込** 6月1日(火)～7日(木)に☎窓口へ。

**抽選日時/場所**  
6月16日(木) 13:30～  
/上田合同庁舎 南棟2階会議室

**その他**  
詳細は、お問い合わせいただくか県ホームページをご覧ください。  
☎ 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) ☎29-7010 (住宅課)

### 軽自動車税・自動車税の納付は5月31日(火)までに

軽自動車税(種別割)および自動車税(種別割)は、車検証などに記載されている毎年4月1日現在の所有者または使用者に課税されます。車両を所有していなくても、車検証などの登録がされたままだと課税対象となります。

#### 納税証明書

● 軽自動車税(種別割)を口座振替で納税した方には、6月上旬から順次郵送します。お急ぎの方は、記帳した通帳を収納管理課(市役所本庁舎1階)または各地域自治センターへ持参してください。

● 自動車税(種別割)は、車検時の納税確認が電子化されたため、納税証明書の郵送などはしておりません。

☎ 軽自動車税(種別割)について 税務課 ☎23-5169  
収納管理課 ☎23-5117  
自動車税(種別割)について 東信県税事務所 上田事務所 ☎25-7117

### 6月は児童手当・特例給付の支給月

令和4年2月～5月分までの児童手当・特例給付を6月10日(金)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。お子さんの出生時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時は申請手続きが必要です(公務員の方は勤務先にお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いたします。受給資格が分からないなど不明な点は、お問い合わせください。

☎ 子育て・育ち支援課 ☎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 ☎85-2068

### アクアプラザ上田 小川プールオープン

天候により利用を停止する場合があります。  
**日時** 7月2日(出以降)の10:00～17:00  
☎ アクアプラザ上田 ☎26-2626 (スポーツ推進課)

### お知らせ

#### 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、ユウガオ、フウセンカズラ、ゴーヤ、ルコウソウ、ササゲ、ヘチマ、ヒョウタン

**配布数** 1件につき5袋まで

**申込** 6月24日(金)までに☎や丸子・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。

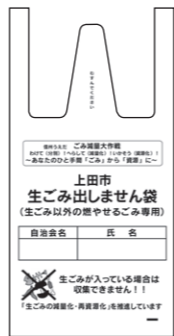
#### その他

種は申込時にお渡しします。在庫がなくなり次第終了となります。

☎ 生活環境課 ☎23-5120

#### 生ごみ出しません袋を配布

生ごみを燃やせる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にご協力いただける市内在住の世帯に無料で配布します。



**申請期間** 令和5年3月31日(金)まで

**申請場所** 上田クリーンセンターまたは丸子・真田・武石市民サービス課

**配布枚数** 1世帯30枚(配布は年度内で1回のみ。追加の配布はありません)

☎ ごみ減量企画室 ☎22-0666

#### 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図書館へお願いします。

#### 休館期間

● 上田図書館 6月9日(木)～16日(木)  
● 創造館分室 6月14日(火)～16日(木)  
☎ 上田図書館 ☎22-0880

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25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、☎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。

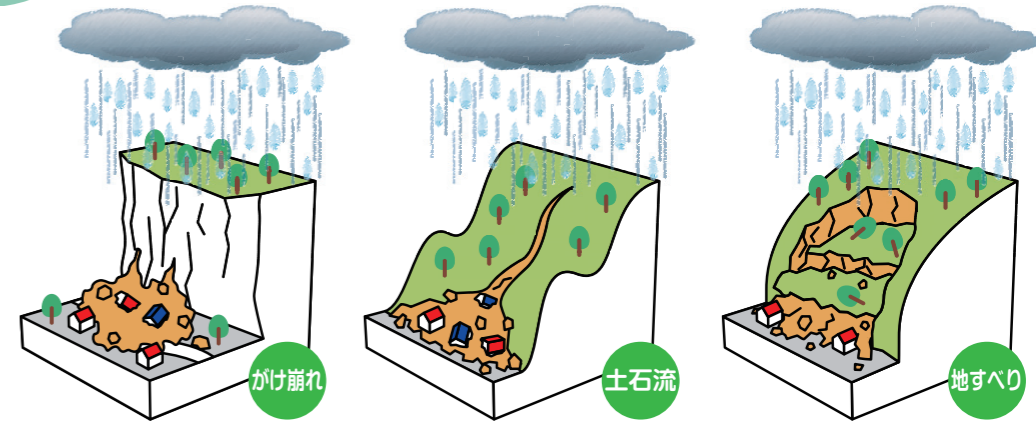
# 6月は土砂災害防止月間です

☎ 危機管理防災課 ☎21-0123



台風や前線の停滞による大雨に伴い、がけ崩れや土石流、地すべりなどの土砂災害が発生しやすい時期です。土砂災害から自分の命、家族を守るために、日頃の備えと早めの避難を心がけましょう。

また、新型コロナウイルス対策を踏まえた避難行動として、安全な場所にある親戚や知人宅など、避難方法について複数考えておきましょう。



### 前兆現象に注意(こうなったら避難を)

- 小石がパラパラ落ちてくる
- がけから濁った水が出る
- 地下水や湧き水が止まる
- がけにひび割れができる
- 山鳴りがする
- 川の水が急に濁り、流木が混ざりはじめる
- 雨が降り続けているのに川の水位が下がる
- 地面にひび割れができる
- 沢や井戸の水が濁る
- がけや斜面から水が噴き出す

## 防災情報の入手方法は事前に確認を!

知りたい防災情報に簡単アクセス

### 上田市防災ポータルサイト



防災に特化したウェブサイトとして、次の情報を提供しています。

- 各種気象情報
- 避難場所
  - ▶ 指定緊急避難場所の開設情報
- 避難情報
- 通行規制情報
- ハザードマップ(地図データ上で見ることができます)
  - ▶ 土砂災害の危険箇所
  - ▶ 河川の浸水想定区域

正確な防災情報を受け取る

### 上田市メール配信サービス

市のメール配信に登録した方に各種気象情報や避難情報、通行規制情報などを配信しています。お使いのパソコンやスマートフォンなどから次のアドレスへ空メールを送ってください。

✉ [mail.ueda-city@raiden.ktaiwork.jp](mailto:mail.ueda-city@raiden.ktaiwork.jp)

※登録方法など詳細は市ホームページをご覧ください。※平時には市からの各種お知らせ、イベント情報などを配信しています。





### 第51回上田わっしょい 参加連募集

新型コロナウイルス対策を講じて、上田わっしょいを開催します。詳細は窓窓口にお問い合わせいただくか市ホームページでもご案内しています。

◇第51回上田わっしょい開催日

期日 7月30日(出) 場所 上田城跡公園(予定)

◇参加連募集のご案内

●5月24日(火)～6月10日(金)に申込書(窓、各地域自治センター、市ホームページにあり)を窓に直接ご持参ください。

●前回(令和元年)開催時にご参加した連には、5月下旬に個別に郵送します。

その他 新型コロナウイルスの状況で、中止あるいは開催内容が変更となる場合があります。

窓 上田わっしょい実行委員会事務局(観光課内) ☎23・5408



ホームページ

### 新たに就任した行政委員を紹介します

4月市議会臨時会での議会同意を得て、次の皆様が就任されました。



教育委員会委員 (任期4年)

きくち ひろふみ  
木口 博文 氏  
令和4年4月29日  
～令和8年4月28日



監査委員 (任期4年)

とうほう ひさお  
東方 久男 氏  
令和4年4月28日  
～令和8年4月27日



監査委員 (議会選出)

いけがみ きみこ  
池上 喜美子 氏  
任期は市議会の申し合わせによる



公平委員会委員 (任期4年)

さとう けいた  
佐藤 恵太 氏  
令和4年4月28日  
～令和8年4月27日



固定資産評価審査委員会委員 任期3年 ※再任(3期目)

やの める  
矢野 実 氏  
令和4年4月29日  
～令和7年4月28日

### 上田地域広域連合斎場利用 検討委員会の委員を募集

斎場の利用区域や使用料の見直しに関し、上田広域連合長の諮問に応じて調査審議します。

応募資格 上田地域広域連合圏域内在住で18歳以上の方

募集人員 若干名

任期 委嘱の日から令和4年12月31日まで

報酬 上田地域広域連合の規定に基づき支給

申込 6月13日(月)必着で、申込書(窓窓口、上田広域連合ホームページにあり)を郵送または窓窓口へ。後日面接により決定。

窓 清浄園 ☎22・2339  
〒386-0027 常磐城2320番地  
丸子クリーンセンター ☎43・2131  
〒386-0403 腰越399-1



ホームページ

### 審議会等附属機関の委員を募集

◇表彰審査委員会

市の功労表彰などに関し、市長の諮問に応じて調査審議します。

窓 秘書課 ☎22・3435  
〒386-8601(住所不要)

◇行財政改革推進委員会

市の行財政改革の推進に関する重要事項について、市長の諮問に応じて調査審議します。

窓 行政管理課 ☎23・5163  
〒386-8601(住所不要)

◇共通事項

応募資格 市内在住の18歳以上の方(公募による他の審議会への参画者は、応募できません)

募集人員 若干名

任期 委嘱の日から2年間

報酬 市の規定に基づき支給

申込 6月10日(金)までに、申込書(各窓窓口または市ホームページにあり)を郵送または各窓窓口へ。後日面接により決定します。



ホームページ

(行政管理課)

◇防衛医科大学校 医学科学生

医師たる幹部自衛官を目指したい方  
受験資格 18歳以上21歳未満で高校を卒業した方(卒業見込み含む)

応募期間 7月1日(金)～10月12日(水)

試験期日【1次】 10月22日(出)

◇防衛医科大学校 看護学科学学生

保健師、看護師を目指したい方  
受験資格 18歳以上21歳未満で高校を卒業した方(卒業見込み含む)

応募期間 7月1日(金)～10月5日(水)

試験期日【1次】 10月15日(出)

◇共通事項

詳細はホームページをご覧ください。



ホームページ

◇公務員合同説明会

日時 6月4日(出) 14:00～16:00  
(受付 13:30～14:00)

場所 勤労者福祉センター(予定)  
(中央4-9-1)

参加団体 長野県警察、上田広域消防、防衛省・自衛隊

その他

新型コロナウイルスの影響により募集期間や試験期日が変更となる可能性があります。変更した場合、自衛隊長野地方協力本部ホームページへ掲載およびSNSでお知らせします。また、採用について個別のご相談も受け付けています。

窓 自衛隊長野地方協力本部  
上田地域事務所 ☎22・5267 (市民課)

### 依田窪プール監視員・看護師募集

勤務期間

7月1日(金)～8月31日(水) 8:30～16:30

職種(募集人数/勤務内容/対象/賃金)

①監視員 (10名程度/プールの監視および清掃など/18歳以上の健康な方※高校生不可/時給887円)

②看護師または准看護師 (若干名/けがの応急処置・受付/資格をお持ちの方/[看護師]時給1,460円、[准看護師]時給1,380円)

申込 6月3日(金)までに①は顔写真付の履歴書を、②は顔写真付の履歴書と看護師免許証の写しを直接窓窓口へ持参してください。※提出時に面接があります。

窓 丸子総合体育館 ☎43・2250

### 令和4年度夏季自衛官等募集

◇自衛隊幹部候補生

大学などから幹部自衛官を目指すコースです。  
受験資格

- 【大卒程度試験】いずれかに該当する方
●20歳以上22歳未満で大学を卒業した方(卒業見込み含む)
●22歳以上26歳未満の方
●26歳以上28歳未満で修士課程等修了者(学位取得見込み含む)またはこれに相当する方

【院卒者試験】

- 20歳以上28歳未満で修士課程修了者(卒業見込み含む)
※資格は令和5年4月1日現在

応募期間 6月16日(木)まで

試験期日【1次】 6月25日(出)

◇一般曹候補生

職種のスペシャリストとして、定年まで勤務したい方のコースです。

受験資格 18歳以上33歳未満の方

応募期間 7月1日(金)～9月5日(月)

試験期日【1次】 9月15日(木)～18日(日)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、継続が退職か自己を見つめ直すチャンスのある制度です。

受験資格 18歳以上33歳未満の方

応募期間 年間を通して受付

試験期日 受付時にお知らせします。

◇航空学生

高校卒業後、最短でパイロットを目指す方  
受験資格

- 海:18歳以上23歳未満で高校を卒業した方(卒業見込み含む)
空:18歳以上21歳未満で高校を卒業した方(卒業見込み含む)

募集期間 7月1日(金)～9月8日(木)

試験期日【1次】 9月19日(月・祝)

◇防衛大学校学生

幹部自衛官としてキャリアアップを目指す方  
受験資格 18歳以上21歳未満で高校を卒業した方(卒業見込み含む)

【推薦試験】

応募期間 9月5日(月)～9日(金)

試験期日 9月24日(出)・25日(日)

【総合選抜】

応募期間 9月5日(月)～9日(金)

試験期日【1次】 9月24日(出)

【一般】

応募期間 7月1日(金)～10月26日(水)

試験期日【1次】 11月5日(出)・6日(日)

←続←

### 募 集

### 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市民の皆さんの活動を支援する事業です。

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

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・主体的に取り組む公益性のある事業(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

事前に窓へ相談のうえ、6月3日(金)までに申込書(窓窓口または各地域自治センター、市ホームページにあり)を直接窓窓口へご持参ください。



市ホームページ

窓 市民参加・協働推進課 ☎75・2230

✉ mati@city.ueda.nagano.jp

### 学校体育施設開放利用団体の追加登録募集

学校体育施設を利用される場合、団体登録が必要になります。団体登録状況に一部空きがありますので、利用を希望される団体はお申し込みください。施設の空き状況は、市ホームページをご覧ください。



対象団体

市内在住・在勤・在学の方で組織された成人の指導者がいる団体

※中学校の部活動を社会体育として利用する場合は、団体登録が必要です。

登録方法

5月23日(月)以降、申請書(窓窓口、市ホームページにあり)を窓窓口へ。

※登録は先着順です。

窓 教育施設整備室 ☎23・6772

✉ gakkou-kaiho@city.ueda.nagano.jp



市ホームページ

4月25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、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」扱い、「無料」、「申込不要」です。



### 第1回神川講座 ～幕末の名工「竹内八十吉」 の足跡を辿る～

名工 竹内八十吉は、信濃国分寺本堂の彫刻をはじめ、数多くの素晴らしい作品を遺しています。初夏の景観を徒歩で楽しみながら、神川地区に遺されている作品を鑑賞します。歩きやすい服装・靴でお越しください。

**日時** 5月28日(土) 10:00～12:30  
**集合場所** 信濃国分寺資料館 駐車場  
**講師** 飯塚俊雄氏(景観研究家)  
**定員** 先着20名 **料金** 100円  
**持ち物** 飲み物  
**申込** 開催日前日までに窓口または電話で。  
**☎** 中央公民館 ☎22-0760

### あたたかい心

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

- ◇丸小小学校昭和32年度卒 竹組一同様 現金15,496円/丸子中央小学校へ
- ◇小山利枝子様 小山利枝子作 アクリル画4点、ドローイング25枚セット1点/市立美術館へ
- ◇上田大星サッカークラブシニア様 担架1台/梁屋台多目的グラウンドへ

●ふるさと寄附金  
**628件 11,848,378円**

### パパのベビーダンス& ママの骨盤ヨガ

パパは赤ちゃんを抱っこして音楽に合わせてステップを踏むベビーダンス、ママは骨盤ヨガでリフレッシュ!家族の絆を深めるきっかけに参加してみませんか。運動ができる服装でお越しください。



**日時** 6月5日(日) 10:30～12:00  
**場所** ひとまちげんき・健康プラザうえだ  
**講師** 山本美枝氏  
(ベビーダンスインストラクター)  
渡辺由紀子氏  
(骨盤ヨガインストラクター)  
**対象** 市内在住の4か月頃(首がすわった頃)から1歳半頃の赤ちゃんとそのお父さんとお母さん ※赤ちゃん・お父さん・お母さんそろって参加してください。

**定員** 先着12組  
**持ち物** 抱っこひも、着替え、タオル、飲み物  
**申込** 5月25日(火)以降、電話で。  
**☎** 子育て・子育て支援課 ☎23-5106

### 親子で遊ぼうグーチョコキパ

バラ園のおさんぽとボール遊び。  
**日時** 6月7日(火) 10:00～11:00  
**場所** 信州国際音楽村 研修センター  
**講師** 北沢好美氏  
**対象** 市内在住の未就園児とその保護者  
**定員** 先着10名  
**料金** 200円(材料費込み)  
**申込** 5月24日(火)以降、電話で。  
**☎** 丸子公民館 ☎42-3147

### 講座・教室

#### 産後の体ケア「ママの輪」 オンライン(前期)

お母さんの身体は、ホルモンや骨盤の筋肉の影響で産前とは変化しています。赤ちゃんとの時間を楽しめるよう理学療法士がZoomを使ってオンラインで支援します。小児科医師相談コーナーもあります。詳細は丸子中央病院ホームページをご確認ください。

**日時** 5月20日、6月17日、7月15日、8月19日、9月16日の金曜日 10:30～11:45  
**講師** 丸子中央病院 理学療法士 小児科医師 齊間陽子氏  
**対象** 産後のお母さん  
**定員** 各回先着6名  
**申込** 申込フォームから。申込後、閲覧用URLをメールします。  
**☎** 丸子中央病院経営企画課 ☎42-1136 (健康推進課)



申込フォーム

#### 千曲川の恵みについて 考える講座

鮎やハヤなどが、多く生息する千曲川の恵みを取り戻すため、今、私たちに何ができるかを考える講座です。  
**日時** 6月5日(日) 13:30～15:00  
**場所** 中央公民館 3階大会議室  
**講師** 中村浩志氏(信州大学名誉教授)、箱山洋氏(長野大学准教授)  
**対象** どなたでも  
**定員** 70名  
**申込** 5月25日(火)以降、電話または窓口で。  
**☎** 中央公民館 ☎22-0760

### ノルディックウォーク・ シェアサイクル体験

日本遺産に認定された塩田平を巡るノルディックウォークとシェアサイクルを体験してみませんか。奮ってご参加ください! 詳細はホームページをご覧ください。

**日時** 7月10日(日) 13:00～16:00  
**集合場所** 山王山公園 駐車場 (古安管3499)  
**内容** 山王山公園、前山寺、塩田の館、塩野神社、中禅寺を周遊します。  
**定員** 先着30名  
**料金** 1,500円/人 (拝観料込み)  
**申込** 6月1日(火)～30日(木)にホームページから。  
**☎** 交流文化スポーツ課 ☎75-2005



ホームページ

### 学生が取り組む環境問題の 発表を企画します

うえだ環境市民会議では、定時総会とあわせて環境問題に取り組む学生の発表会を行います。興味のある方の参加をお待ちしています。  
**日時** 6月11日(土) 13:30～15:00  
**場所** 上田駅前ビル・パレオ 2階会議室  
**講師** 信州大学学生 ほか  
**対象** 環境問題に興味のある方  
**定員** 先着20名  
**申込** 5月23日(月)～6月3日(金)に住所、氏名、電話番号を☎へ電話・FAXまたはメールで。  
**☎** うえだ環境市民会議事務局 (生活環境課内) ☎23-5120 ☎22-4127  
✉ seikan@city.ueda.nagano.jp

### わちゃわちゃサイエンス

キラキラ光る液晶を作ったり、温度の違いを色で見たり、身近なものを顕微鏡で観察するなど、科学のわくわくを感じる講座です。

**日時** 6月25日(土)  
午前の部 10:30～12:30  
午後の部 13:30～15:30  
**場所** 中央公民館 1階展示室  
**内容** 信州大学繊維学部夢ラボの学生と楽しい科学実験にチャレンジ! 素敵なプレゼントもあります。  
**対象** 小・中学生 **定員** 各回30名  
**料金** 100円  
**申込** 6月8日(火)以降、電話または窓口で。  
**☎** 中央公民館 ☎22-0760

### グングンからだ遊び!!

ユーモアあふれる遊びプログラムに挑戦! からだをたくさん動かして、思いっきり遊ぼう!! ココロもカラダも、グングンのびのび!!  
**日時** 6月5日(日) 10:00～12:00(受付 9:40～)  
**場所** 市民の森体育館  
**講師** あそび心BASEアフタフ・バーバン 信州  
**対象** 市内在住の小学生 (小学3年生以下は保護者同伴)  
**定員** 先着30名(親子含め)  
**持ち物** タオル、着替え、室内用運動靴、飲み物  
**申込** 5月29日(日)までに、氏名・住所・電話番号・学年・年齢を電話またはメールで。  
**☎** 生涯学習・文化財課 ☎23-6370  
✉ shogaku@city.ueda.nagano.jp

### 催し

#### 第10回 空き家・住宅に関する相談会

みなさんの空き家・住宅に関する相談に専門家がお答えいたします!  
**日時** 6月17日(金) 13:00～16:00  
**場所** サントミュージゼ 第1会議室  
**内容**  
●うちの空き家は売れるの? 貸せるの?  
●古い住宅をリフォームしたい!  
●親の名義のままの空き家を処分したい!  
**対象** 市内に空き家を所有する方  
**定員** 先着5名  
**申込** 5月23日(月)～6月10日(金)までに電話で。  
**☎** 空家対策室 ☎71-6722



### 環境フォーラム講演会

地球温暖化をはじめとした環境問題に関する講演会を行います。  
**日時** 6月3日(金) 10:30～12:00(開場 10:00～)  
**場所** サントミュージゼ 大ホール  
**テーマ** ゼロカーボン推進に向けてわたしたちにできること  
**講師** 中島恵理氏(上田市ゼロカーボン推進アドバイザー)  
**申込** 5月27日(金)までに氏名・電話番号を電話・FAXまたはメールで。  
**☎** 生活環境課 ☎23-5120 ☎22-4127  
✉ seikan@city.ueda.nagano.jp

4月25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、☎の施設で実施します。「無料」、「申込不要」とす。



健康・スポーツ



介護予防体操



期日/場所

- ① 6月2日(木)・8日(火)・21日(火) / 高齢者福祉センター
② 6月7日(火) / 丸子総合体育館
③ 6月8日(水)・27日(月) / 真田中央公民館
④ 6月3日(金)・17日(金) / 武石地域総合センター
時間 10:30~11:30
定員 ①各回先着30名
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
申込 ①は、5月24日(火)以降、電話で。(複数日の申込不可)
☎ 高齢者介護課 ☎23・5140

ノルディックウォーキングで歩く 別所温泉大湯地区里山めぐり



ノルディックウォーキングの講習後、塩田とつこ館から別所温泉の大湯葉師歌碑公園を巡り、安楽寺・常楽寺をまわる約8kmのコースです。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19日(日) 9:00~12:00 (受付 8:30~) ※小雨決行
集合場所 塩田の里交流館「とつこ館」(手塚792)
対象 市内在住の方
定員 先着15名
持ち物 飲み物、帽子、雨具、ポール(お持ちの方。無料貸出あり)
申込 5月23日(月)~6月10日(金)に電話で。
☎ 健康推進課 ☎28・7123 (当日のみ) 信州上田ノルディックウォーキング協会 ☎24・1812

出前ときめきのまち講座



皆さんのもとに職員が出向き、テーマについて説明します。今年度は106講座ありますので、地域の学習支援や市政に関する情報提供の機会としてご利用ください。
日時 月~金曜日の2時間以内(原則) その他の日程は要相談
対象 市内在住・在勤・在学者で構成された5~50人の団体・グループ(50人を超える場合は要相談)
料金 無料(会場費、設営は申込者対応)
申込 希望する講座の開催希望日から2週間以上前(講座によっては1か月以上前)に窓窓口、担当課または公民館へ申込書を提出。
その他 受付後、詳細は担当者と要調整。今年度のプログラム・注意事項はホームページをご確認ください。
☎ 生涯学習・文化財課 ☎23・6370



ホームページ

求職中の若者のための パソコン講座(全5回)



ワード・エクセルの基本操作と応用(Office2019を使用)を学びます。
日時 6月23日(木)~29日(水) 10:00~12:00 ※土日除く
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 15~49歳の求職中の方
定員 先着5名
料金 682円(テキスト代)
申込 5月25日(火)以降、電話で。
その他 6月22日(水) 10:00からの説明会への参加必須。
☎ 若者サポートステーション・シナノ ☎75・2383 (地域雇用推進課)

3級FP資格取得支援講座



日時
6月 10日・17日・24日
7月 1日・15日・22日・29日
8月 5日・19日・26日
の金曜日(全10回) 14:00~16:00
場所 市民プラザ・ゆう
講師 後藤厚裕氏(1級FP技能士)
対象 市内在住・在勤の方
定員 先着15名
料金 3,000円(初回徴収) ※テキスト代、検定料は別途必要です。
持ち物 「うかる! FP3級速攻テキスト2022~2023年版(日本経済新聞出版)」、電卓、筆記用具
申込 5月23日(月)~6月3日(金)に電話で。
その他 使用するテキストは初回までに各自ご用意ください。先着3名まで託児(1歳~未就学児)があります。
☎ 人権男女共生課 ☎27・2988

ハロートレーニング(公共職業訓練)7月開講コース



ものづくりや設備の知識・技能・技術を身に付け、早期就職を目指す7月開講の公共職業訓練です。
募集コース/定員
●電気設備技術科/15名
●ビル設備サービス科/15名
期間 7月5日(火)~12月27日(火)
場所 ポリテクセンター長野(長野市吉田4-25-12)
対象 ハローワークに求職登録している方
料金 1万円程度(テキスト代)
申込 5月25日(火)までにハローワークへ。
☎ ポリテクセンター長野 ☎026・243・7856 (地域雇用推進課)

高齢者活躍人材確保育成事業 庭木・庭園管理講習



庭木の剪定に関する技術を身に付け、シルバー人材センターで仲間とともに汗を流してみませんか。
日時 6月13日(月)・14日(火)・16日(木)・17日(金)
場所 上田創造館(上田原1640) 豊殿地域自治センター(芳田1261-2)
講師 上小造園組合ほか
対象 60歳以上で、シルバー人材センターに入会し、就業を希望する方
定員 先着15名
持ち物 木ばさみ、剪定ばさみ、刈り込みばさみ、のこぎり、作業用手袋、タオル、飲み物、昼食、ヘルメット(貸出あり)
申込 6月3日(金)までに☎へ電話で。
☎ 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)

抱っこdeライブ

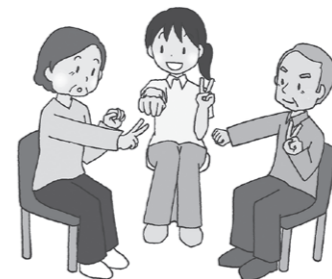


子育て中のお母さん、お父さんがお子さん連れで受講できる講座です。妊婦さんのご参加も大歓迎です。
日時 6月24日(金) 10:30~11:30(開場 10:00)
場所 信州国際音楽村 ホールこだま
講師 ハーブ 竹内遥香氏
フルート・オカリナ・リコーダー 橋沢志保氏、渡辺幸絵氏
対象 市内在住の未就園児とその保護者、妊婦さん
定員 先着30名 料金 100円
申込 5月24日(火)以降、電話で。
☎ 丸子公民館 ☎42・3147

楽しく学ぶ認知症予防講座(全3回)



安心なセカンドライフを充実して過ごすため、健康体操などの実技を交え、認知症の効果的な予防法について学びます。
日時 5月25日(火)、6月1日(火)・6日(月) 各回とも 13:30~14:30
場所 中央公民館 3階大会議室
講師 坂口基徳氏(明治安田生命長野支社FPコンサルタント)
定員 先着30名
料金 300円(初回徴収)
申込 5月20日(金)以降、電話または窓口で。
☎ 中央公民館 ☎22・0760



脳力アップ! ずくだせ教室



認知症予防のためのミニ講座と脳を活性化させる脳トレ、体操などを行います。動きやすい服装でお越しください。
日時 6月14日(火) 13:30~15:30
場所 中央公民館 3階大会議室
内容 ミニ講座 「脳に良い生活習慣のススメ」
対象 市内在住で、もの忘れの不安を感じている方
定員 先着25名
持ち物 筆記用具、飲み物
申込 5月30日(月)以降、電話で。
☎ 高齢者介護課 ☎23・5140

講座・教室



歴史を巡るシリーズ 「義仲ゆかりの地を巡る③」

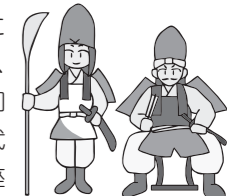


木曾義仲挙兵の地、御嶽神社、義仲館(依田館)跡、小鍋立の湯など義仲ゆかりの地を学びながら歩きます。
日時 6月21日(火) 9:30~11:30 ※雨天時は6月23日(木)に延期
場所 上組公民館(御嶽堂371-7)
対象 市内在住の方
定員 先着15名 料金 100円/人
申込 5月24日(火)以降、氏名・住所・電話番号を電話またはFAXで。
☎ 丸子公民館 ☎42・3147 ☎42・0303

歴史講座 木曾義仲と鎌倉殿 ~国宝・重文絵巻に見る武士の時代~



大河ドラマで話題沸騰中の木曾義仲に焦点を当てながら、知っているようで知らない鎌倉時代の武士の活躍を学ぶ講座です。
日時 6月11日(土) 9:30~11:30
場所 中央公民館 3階大会議室
講師 滝澤正幸(元市立博物館館長)
対象 どなたでも
定員 先着40名
料金 100円
申込 5月24日(火)以降、窓口または電話で。
☎ 中央公民館 ☎22・0760



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。

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25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、☎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。「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。

### 初心者大歓迎！ 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(後期)/7月2日~8月27日の土曜日/19:00~21:00/古戦場公園テニスコート/先着60名/6,000円

②ゆっくり充実入門ヨガ・ウォーキング(夏期)/6月29日~8月31日の水曜日/13:30~15:30/上田城跡公園体育館柔道場/先着30名/3,500円

③筋トレ・脳トレスクエアステップ(夏期)/6月29日~8月31日の水曜日/10:30~12:00/上田城跡公園体育館柔道場/先着30名/3,000円

**申込** 5月23日(月)~6月7日(火)に申込書を各窓口(☎、上田城跡公園体育館管理事務所、自然運動公園管理事務所、丸子総合体育館、真田・武石地域教育事務所)へ提出。市ホームページからも申し込みできます。

☎ 上田市スポーツ協会 ☎27-9400 (スポーツ推進課)



ホームページ

### フットサルサークル



クラブUSCのフットサルサークルの体系が新しくなりました。初心者から参加できます。

◇チャレンジクラス(本気モードで楽しむ)  
**日時** 土曜日 13:00~15:00  
**場所** 自然運動公園総合体育館・丸子総合体育館ほか

**その他** チャレンジクラスに年間登録すると、他のクラスにも参加できます。

◇のびのびエンジョイクラス(ゆる〜く楽しむ)  
**日時** 土曜日 15:00~17:00  
**場所** 自然運動公園総合体育館・丸子総合体育館ほか

◇ナイトクラス  
**日時** 木曜日 19:30~21:00  
**場所** 上田城跡公園 第二体育館

◇共通事項  
**料金** ●年登録8,000円(年会費4,000円込み)  
●月登録4,000円/4か月  
●500円/回で参加もできます。

**申込** 随時、☎へ電話で。  
**☎** ☎ クラブUSC ☎26-5320 (平日 10:00~16:00) (スポーツ推進課)

### 楽しい親子ヨガ教室(全12回)



親子でコミュニケーションを深め、子どもの脳の発達をサポートするプログラムです。

**日時** 6月2日~8月25日の木曜日 10:00~10:30

**場所** 真田体育館 柔道場

**対象** 2・3歳児とその保護者

**定員** 先着10組

**料金** 5,000円

**持ち物** タオル、飲み物

**申込** 5月23日(月)以降、☎窓口または電話で。

**☎** ☎ さなだスポーツクラブ ☎72-2657(14:00~、火曜日定休) (真田地域教育事務所)

### マレットゴルフ初心者講習会



誰でもすぐに楽しめるマレットゴルフを始めませんか。上田市マレットゴルフ協会による個別指導です(雨天決行)。

**日時** 6月4日(土) 9:00~12:00(受付 8:30~)

**場所** 塩田の郷マレットゴルフ場(前山2400-1)

**内容** 屋内講義とコース上での実技

**料金** 1,500円(受講料、テキスト代、昼食代、保険料、入場料込み。当日徴収)

**持ち物** マレットゴルフ用具(お持ちの方。無料貸出あり)、飲み物、筆記用具

**申込** 5月31日(火)までに電話または窓口で。

**☎** ☎ 塩田の郷マレットゴルフ場 ☎39-4455 (スポーツ推進課)



### ゆる〜いバスケットボールサークル



老若男女、初心者OK!仕事帰り、学校帰りにゆる〜くバスケットボールを楽しみましょう。参加者は随時受け付けています。

**日時** 第2・第4木曜日の 19:00~21:00

**場所** 自然運動公園総合体育館

**対象** 中学生以上(中学生は会員登録必須)

**料金** 700円 **持ち物** 室内用運動靴

**☎** ☎ 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)



### シニア女性にお勧めの教室



ストレッチ・筋トレ・脳トレで心と体の老化を防ぎます。

◇シニアのストレッチと筋トレ  
**日時** 月曜日 10:00~11:00  
**場所** 下堀コミュニティセンター

◇体と脳のトレーニング  
**日時** 木曜日 14:00~15:00  
**場所** 上田城跡公園体育館 剣道場

◇共通事項  
**対象** おおむね60歳以上の女性

**料金** 400円/回の回数券(年会費別)または700円/回  
※年会費は60歳以上3,000円、59歳以下4,000円

**持ち物** 室内用運動靴、タオル、飲み物、ヨガマット

**申込** 随時、☎へ電話で。  
**☎** ☎ クラブUSC ☎26-5320 (平日 10:00~16:00) (スポーツ推進課)

### 第71回市民総合体育大会 バレーボール競技



**日時** 6月26日(日) 受付 8:00~

**場所** 自然運動公園体育館

**部門** ●「ママさんバレーガイドライン2010」による9人制の部  
●小学生特別ルールによる6人制小学生の部(育成会・自治会単位)

**対象** 市内在住・在勤・在学の方で構成するチーム

**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 ウェダバレーボール部

**持ち物** 試合球1個(各チーム持ち寄り)

**申込** 6月10日(金)までに申込用紙を郵送(〒386-1324 五加697-5 小福田洋宛)で提出。申込用紙は☎にあるのでお問い合わせください。

**☎** ☎ うえだバレーボール協会 ☎090-4591-1178(青木) (スポーツ推進課)



### 健康・スポーツの記事について

「あたま・からだ元気体操」は、30ページに掲載しています。

### 健康・スポーツ



**アクアポールエクササイズ**

温泉プールで2本の水中ボールを使い、ウォーキングなどのエクササイズを行います。

**日時** 6月21日(火) 10:30~11:15

**定員** 先着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25日(水) 10:00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。

**☎** ☎ クアハウスかけゆ ☎44-2131 (丸子産業観光課)

### ホテルウォーキング



アクアプラザ上田駐車場から堤防を歩き、下塩尻桜つづみホテル水路を目指します。中級レベルを想定した5kmのウォーキングです。

**日時** 6月9日(休) 19:00~20:30(受付 18:45~)  
※小雨決行、荒天時は中止。

**集合場所** アクアプラザ上田 駐車場

**対象** 市内在住の方

**定員** 先着15名

**持ち物** 飲み物、懐中電灯

**申込** 5月23日(月)以降、☎へ電話で。  
**☎** ☎ 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)

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。



### 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4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、期間が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2020年産以降のもの)

**☎** ☎ 上田市社会福祉協議会 ☎27-2025 (福祉課)





### 上田図書館

☎22・0880(月曜日休館)

#### 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。  
**【日時】**6月25日(土)  
 未就園児／10:30～10:50  
 園児・児童／11:00～11:20  
**【場所】**創造館分室 **【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、特別整理休館中のためありません。

#### 図書館マスターを目指せ！～知識の地図の使いかた～

知りたいことの答えを見つけよう！図書館での本の探し方を学ぶ調べ方講座です。図書館マスターになって、夏休みの課題をスイスイ進めましょう。  
**【日時】**6月26日(日) 9:30～12:30  
**【内容】**図書館の仕組みを知ろう 調べるとどんなこと？／わかったことをまとめよう ほか **【対象】**市内の小学3～6年生(保護者の同伴可) **【定員】**先着10名 **【持ち物】**筆記用具、図書館利用カード **【申込】**5月24日(火)以降、電話または窓口で。

### マルチメディア情報センター

☎39・1000(水曜日休館)

#### Word初心者1日集中講座

文書作成ソフトWordの基本操作を学ぶセミナーです。文字入力の基本からビジネス文書の作成、表や画像のある文書の作成までを学びます。(Microsoft365/2019対応)  
**【日時】**6月4日(土) 9:30～15:30 **【対象】**文字入力ができる方 **【定員】**10名(申込多数の場合は抽選) **【料金】**3,820円(テキスト代込み) **【持ち物】**昼食 **【申込】**5月28日(土)までに電話で。

#### Excel関数入門2日間コース

これからExcel関数を学びたい方のための講座です。集計、条件判定、文字列操作など各種の関数を使います。  
**【日時】**6月14日(火)・21日(火) 13:30～16:00 **【対象】**Excelの基本操作ができる方 **【定員】**先着10名 **【料金】**3,820円(テキスト代込み) **【申込】**5月31日(火)以降、電話で。

#### イラストレーター 初歩から学べるIllustrator講座(全4回)

Illustratorの基本を学びます。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16日(木)・23日(木)・30日(木)、7月7日(木)の13:30～16:00 **【講師】**田嶋真理子氏 **【対象】**Illustratorに興味があり、パソコン操作に慣れている方 **【定員】**先着10名 **【料金】**6,178円(テキスト代込み) **【申込】**6月2日(木)以降、電話で。

#### スマホ用語解説講座

スマートフォンが動く仕組みや用語解説、使ううえで気をつけることなどをわかりやすくお話しする講座です。講義の後、個別のご質問にもお答えします。いずれか1日をお選びください。  
**【日時】**(1)6月18日(土) 9:30～12:00 (2)6月20日(月) 13:30～16:00 **【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】**10名(申込多数の場合は抽選) **【料金】**500円 **【申込】**6月11日(土)までに電話で。

#### 十勇士パソコンクラブ公開教室「100mダッシュ大会」


100mダッシュのプログラムを作ってネット対戦しよう。南相木村、熊本、鎌倉の教室と対戦予定です。  
**【日時】**6月18日(土) 13:30～15:30 **【対象】**小学4年生～大人まで **【定員】**10名(申込多数の場合は抽選) **【料金】**500円 **【申込】**6月11日(土)までに十勇士パソコンクラブホームページの申込フォームから。

#### サイエンスカフェ「身の回りの寄生虫」

近年の日本ではなじみのない寄生虫ですが、海外、特に熱帯地方ではまだまだ多くの人が感染しています。そんな虫たちを観察してみませんか？  
**【日時】**6月25日(土) 13:30～15:30 **【講師】**高本雅哉氏(信州大学医学部医学科特任教授) **【対象】**どなたでも(小学3年生以下は保護者同伴) **【定員】**付添含め24名(申込多数の場合は抽選) **【料金】**200円 **【申込】**6月17日(金)までに電話で。

### 松尾古城 山城トレッキング

真田家お屋敷跡といわれる松尾古城。主郭を中心に板状の割石を積んだ石積みが特徴です。標高1033mを一緒に登りましょう。  
**日時** 6月5日(日) 9:00～12:00(受付 8:45～)  
**場所** 元ジェイエイ長店 駐車場(真田町長3893-1)  
**対象** 成人の方 **定員** 先着30名  
**料金** 800円(保険料を含む)※お釣りがないようにお持ちください。  
**持ち物** トレッキングシューズ、ポール(お持ちの方)、帽子、手袋、タオル、飲み物  
**申込** 5月23日(月)以降、☎窓口または電話で。  
 ☎ さなだスポーツクラブ ☎72・2657(14:00～、火曜日定休)(真田地域教育事務所)



### 施設イベント

#### 丸子図書館

☎42・2414(月曜日休館)

#### おはなし会

おはなしボランティア掛川直子さんによる絵本の読み聞かせなどを予定しています。  
**【日時】**6月18日(土) 10:30～ **【定員】**先着12組 **【申込】**6月1日(火)～17日(金)に、電話または窓口で。

### 子どもと親子の運動教室

#### ◇ポッポ体操教室

幼児と保護者が一緒に運動し、運動好きな子どもを育てます。  
**日時** 6月7日(火)・21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～未就園児とその保護者  
**料金** 700円

#### ◇親子運動あそび教室

遊び感覚で運動することで、運動好きな子どもを育てます。  
**日時** 6月11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

#### ◇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る教室です。  
**日時** 6月18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

#### ◇共通事項

**持ち物** 室内用運動靴、タオル、飲み物  
**申込** 開催日前日までに☎へ電話で。  
 ☎ ☎クラブUSC ☎26・5320 (平日 10:00～16:00) (スポーツ推進課)



### 健康・スポーツ

#### Jrバスケット教室体験会

バスケットボールの基本的な動きや新しいスキルを身につけます。初心者でも参加しやすい基礎練習教室です。  
**日時** 6月24日(金) 19:00～21:00  
**場所** 塩田西小学校体育館  
 ※変更となる場合もあります。  
**講師** 山田英資氏  
**対象** 小学4年生～中学2年生  
**定員** 先着10名  
**料金** 1,000円  
**持ち物** タオル、飲み物、室内用運動靴  
**申込** 5月23日(月)以降、☎へ電話で。  
 ☎ ☎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)

#### はじめての太極拳教室(全12回)

初めての方歓迎！太極拳は気血の流れを良くし、五臓六腑の機能を高めます。体内バランスを一緒に整えましょう。  
**日時** 6月1日～9月28日までの水曜日 9:00～10:00  
**場所** 真田体育館  
**対象** どなたでも  
**料金** 5,200円  
**持ち物** 室内用運動靴、タオル、飲み物  
**申込** 5月23日(月)以降、☎窓口または電話で。  
 ☎ ☎さなだスポーツクラブ ☎72・2657(14:00～、火曜日定休)(真田地域教育事務所)

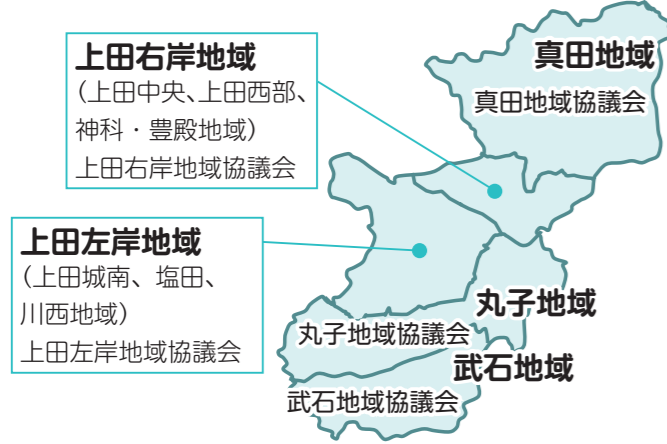
4月25日現在の情報のため、イベントなどは、変更となる場合があります。イベント参加の際はマスクをお持ちください。体調のすぐれない方の参加はご遠慮ください。場所の記載がないイベントは、☎の施設で実施します。「無料」、「申込不要」です。「無料」、「申込不要」です。



# 第9期地域協議会の活動がスタートしました

地域協議会とは、住んでいる地域をより良くしていくという目標に向かって、地域を良く知っている多様な人材が集まって、市に意見を述べたり課題を解決していくための提案をする審議会です。平成18年の市町村合併に伴い設置した地域協議会は、地域の皆さんの意見や要望を市政に届けるために8期(16年間)活動してまいりました。令和4年4月から第9期地域協議会活動が始まりました。

図 市民参加・協働推進課 ☎75・2230



## 地域協議会の4つの役割

- ①市長などからの諮問に対する審議および答申
- ②市長などからの意見聴取に対しての意見を述べる
- ③住民自治の推進や住民との協働によるまちづくりについて調査研究を行う
- ④市長などに対して意見を述べる(提言)

## 設置単位の見直し

上田地域の協議会の設置単位を令和3年度に見直し、9地域協議会を5地域協議会に再編しました。

**用語解説**  
 ・諮問…審議会などの機関に意見を求めること。  
 ・答申…行政からの問いかけに対して、意見を申し述べること。  
 ・協働…同じ目的のために、対等の立場で協力し合っていくこと。

## 地域協議会就任委員の合同委嘱式 4月20日(水)



## 第9期委員(100名)を紹介します

第9期(令和4～5年度)地域協議会に就任される委員の委嘱式を開催しました。

今回の合同委嘱式では、市内全域に設置を進めている住民自治組織のうち、設置済みの12組織の代表者へ出席いただき、活動や課題などについて報告会を行い、連携を深めました。

【敬称略、五十音順、各協議会20名、◎は会長、○は副会長】

- 丸石地域協議会(◎小林 勉 ○宮下 由紀)  
 阿部 勇、石合 茂、伊藤 孝二、上野 隆子、金田 弘美、黒岩 慶、小平六左エ門、小林 勉、齋藤由紀子、高木 賢一、高木 涼子、田中 幸子、中沢 誠、中山 康昭、堀内 茂一、丸山登志一、宮下 由紀、柳沢 裕美、山本 幸恵、割田 栄二

- 上田右岸地域協議会(◎金井 忠一 ○柳澤 幹夫)  
 天田かよ子、上原 豊和、永本 明美、小川 哲夫、金井 忠一、窪田 晴夫、黒木 陽子、駒崎 隆、小林みゆき、塩入 裕美、清水 悟、清水 万貴、竹内 充、田中亜里麻、橋詰 和政、平澤 洋介、宮尾 昌寛、宮下佐都子、柳澤 幹夫、渡辺 洋美

- 真田地域協議会(◎田畑 和秀 ○滝沢 博文)  
 青木 妙子、荒木 克子、加藤まき子、金井 由造、木島 徳行、重倉 政三、清水 由香、高寺由美子、滝沢 博文、田畑 和秀、中村すみ子、堀内 和子、堀内 正寿、堀内 靖子、松本 規男、丸山美奈子、皆川 克彦、宮島 幸男、柳沢 泉、柳沢 芳明

- 上田左岸地域協議会(◎小山 晃 ○松田 和夫)  
 赤堀 三幸、浅川 司、遠藤 直子、小熊 充、倉島 博、小林とみ子、小山 晃、清水 美穂、田中 敏子、田村 実英、富田健一郎、西入 直喜、樋口かほる、松田 和夫、宮坂 文子、宮澤 広一、宮下 法子、安江 昭彦、山岸巴津雄、和田 昭子

- 武石地域協議会(◎金井 修一 ○金子るり子)  
 雨宮 孝、金井 修一、金井 律子、金子るり子、川合 節子、倉内 稔晴、小坂 幸代、児玉 淳志、児玉 守、小林 明美、小山 和博、近藤 均、桜井 敏雄、芝野 泰彦、城下 昌史、立岩はる代、比田井麻結、廣川 光子、堀 景子、松久 宏明

今後は、地域のまちづくりを担う住民自治組織の紹介や取組内容を、広報うえだに掲載していく予定です。

## 信州国際音楽村

図 ☎42・3436(月曜日休館)

## 信州ルネッサンス2022 野外フェスティバル

音楽村恒例「市民が主役! 地域が主役!」の野外フェスティバルです。

【日時】6月18日(日) 10:00～ 【場所】信州国際音楽村一帯 【内容】  
 ●式典 10:00～ ●パフォーマンスステージ 11:00～ 地元学校・市民団体などが出演 ●楽市マルシェ 10:00～17:00 ●信州丸子義仲祭り関連トークイベント「輝け!未来の巴御前」14:00～ ●パノラマウォーキング 10:00～ 周辺散策ウォーキングイベント ●親子アートイベント「巨大獅子『音宝龍』をつくろう」11:00～ ●花火大会 19:30～ ホールこだま前芝生で花火を打ち上げます。



## 施設イベント

### 真田図書館

図 ☎72・8080(月曜日休館)

### おはなし広場

「民話の会」の皆さんによる真田の民話をもとにした読み聞かせ、鳴沢今日子さんによるおはなしなどです。大人の方のご参加も大歓迎です。  
 【日時】6月18日(日) 10:30～  
 【定員】20名程度

## エコ・ハウス

(上田クリーンセンター内)

図 ☎23・5144 (受付時間:月～金曜日 10:00～16:00)

## 不用品交換情報

※3月31日時点の登録状況です。

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。登録は3か月です)。



ホームページ

【ゆずります】三輪車/自転車補助イス(前用・後ろ用各1個)/洗濯機/ガステーブル(都市ガス用)/湯沸かし器(都市ガス用)/折りたたみベッド/介護用ベッド/座卓/本棚/茶たんす/整理たんす(子ども用8段)

【ゆずってください】回転式洋服掛け/ダンスベル/茶箱/電子ピアノ

## 古着を回収します

家庭で不用となった古着など(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よう、ビニール袋に入れてお持ち込みください。

【日時】6月3日(金) 10:00～12:00

## 上田情報ライブラリー

図 ☎29・0210(火曜日休館)

## 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、学ぶ講座です(全6回)。取り扱う絵本はできるだけご持参ください。

【日時】6月12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・バレイオ 2階会議室 【内容】絵本『あたしのすきなもの、ななんだ?』(評論社)/文:バーナード・ウェーバー/絵:スージー・リー 【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(初回徴収) 【申込】5月20日(金)以降、電話または窓口で。

## 地域の文化を支えた人々 Part10

学術芸術などの6つの分野に貢献した人物の話を紹介しながら、上田地域の文化の発展について学ぶ講座です。

【日時】6月15日(水) 14:00～15:30 【テーマ】俳句「上田ゆかりの俳人 田中反哺」【講師】玉城司氏(清泉女子大学人文科学研究科) 【定員】先着30名 【料金】100円(資料代) 【申込】5月23日(月)以降、電話または窓口で。

## 「こころ」と頭の実用セミナー

大事なことを、気持ちよくできるようになるための実用的な技術を学ぶ参加型セミナーです。

【日時】6月15日(水) 18:30～20:10(受付 18:20～) 【テーマ】今の「わたし」を受け止めよう! 【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 【申込】5月26日(水)以降、電話または窓口で。

## 蘭ホール朗読会

【日時】6月25日(日) 18:45～20:00(受付 18:15～) 【朗読】青木裕子氏 【作品】徳富蘆花『漁師の娘』 【定員】先着50名 【料金】1,200円(前売り1,000円)※高校生以下無料(要申込) 【申込】5月23日(月)以降、電話または窓口で。

イベント参加の際はマスクをお持ちください。4月25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、図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。