

# 情報ア・ラ・カルト

## クルミの病気予防のため 薬剤散布をしましょう

クルミ黒斑細菌病(国植物防疫法指定)の発生予防のため、ICポルドー66Dの50倍希釈液を次の時期に散布してください。

**散布時期** 4月下旬、5月上旬と中旬、6月上旬、7月上旬(最も重要な時期は4月下旬～5月上旬)

**その他**  
クルミ黒斑細菌病は、発病すると早期の落葉や落果、葉や実に黒色の斑点が生じ、クルミの品質・収量が低下します。8月上旬と9月上旬にこの薬剤を散布すると、生育後半に発病が見られるクルミ炭疽病の予防効果も期待できます。

☎ 上田農業農村支援センター ☎25-7157 (農政課)



## 絵本のプレゼント事業

子どもの頃から本に親しんでもらうために、生後4か月のお子さんに「ブックスタート」(健診会場で配付)、2歳のお子さんに「セカンドブック」をプレゼントしています。

セカンドブック対象の方には通知を送付しますので、母子手帳を持って各地域の図書館へお越しください。

また、平成31年1月～令和元年12月生まれで受け取りが済んでいない方は☎へご連絡ください。

☎ 上田図書館 ☎22-0880  
丸子図書館 ☎42-2414  
真田図書館 ☎72-8080



## 大塚製薬株式会社との 包括連携協定を締結

3月1日(月)、市では大塚製薬株式会社様との包括連携協定を締結しました。この協定では、「健康の維持・増進」「スポーツ振興」「防災」などでの連携を行うこととしており、今後、両者の強みや専門性を活かした連携のもと、地域の活性化と安全・安心のまちづくりを進めます。

※感染症拡大防止のため、協定調印式はリモートで開催しました。

☎ 政策企画課 ☎23-5112

## 上田駅ー松本駅間直行バスが運行します

生島足島神社、鹿教湯温泉を經由して上田駅と松本駅(松本バスターミナル)を結ぶ直行バスを次の日程で運行します。

**運行日** 令和5年3月26日(日)までの土日祝日、1日2往復(計4便)  
※今年度は、8月の平日運行は行いません。

松本行	上田駅お城口発(1番のりば)	8:15	13:15
	生島足島神社前(乗車のみ)	8:30	13:30
	鹿教湯温泉	8:55	13:55
	松本バスターミナル着	9:45	14:45
上田行	松本バスターミナル発	10:40	17:20
	鹿教湯温泉	11:30	18:10
	生島足島神社前(降車のみ)	11:55	18:35
	上田駅お城口着	12:10	18:50

**料金**

- 上田駅お城口ー松本バスターミナル /1,500円
- 生島足島神社前ー松本バスターミナル /1,500円
- 鹿教湯温泉ー松本バスターミナル /1,150円
- 上田駅お城口ー鹿教湯温泉 /500円
- 鹿教湯温泉ー生島足島神社前 /350円

※小学生、障がいのある方は半額

**その他** 令和5年1月1日(日・祝)・2日(月・振休)は、生島足島神社前には停まりません。

☎ 観光課 ☎23-5408

## お知らせ

### 上田城跡北観光駐車場の特別料金期間

4月29日(金・祝)～5月8日(日)は上田城跡北観光駐車場が特別料金となります。

**料金** 3時間以内500円、以降1時間ごと100円加算(1日の上限額は1,000円)

☎ 都市計画課 ☎75-7018

### 薪ストーブの購入費を補助

木質バイオマス利用促進のため、購入経費の一部を補助します。

**補助対象** 薪ストーブ(二次燃焼機能があるもの)

**補助金額** 本体購入価格の1/2(1台につき5万円以内)

**補助台数** 先着20台

**対象** 市内に居住する方または市内の事業所で、令和5年3月10日(金)までに薪ストーブを設置できる方

**申込** 事前に連絡し、必要書類(☎窓口、市ホームページにあり)を☎窓口または郵送で。

☎ 森林整備課 ☎23-5124 ☎386-8601(住所不要)



### 農業用水施設を整備

発電施設が所在する市町村に交付される「電源立地地域対策交付金」を活用し、農業用水を安定的に供給するため、丸子地域石井地区の農業用排水路工事をを行いました。

☎ 丸子地域振興課 ☎42-1011

### 宝くじの助成により整備

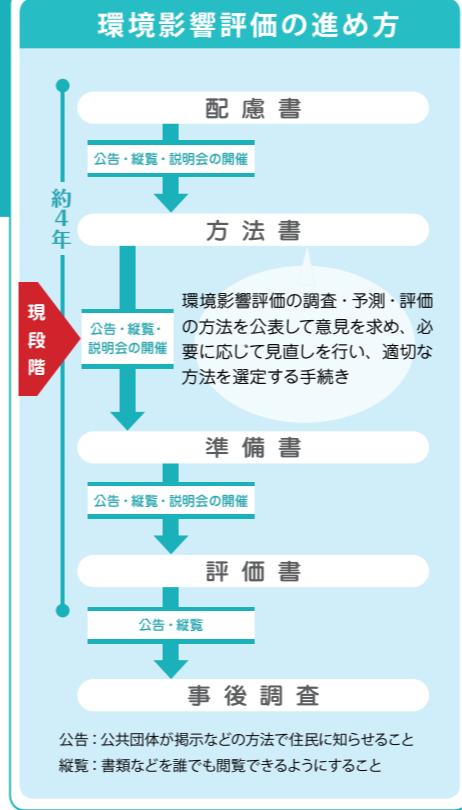
上本郷自治会は、宝くじの受託事業収入を財源として実施している自治総合センターの「コミュニティ助成事業」を活用し、エアコンを整備しました。

☎ 市民参加・協働推進課 ☎75-2230



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。3月28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。



**資源循環型施設整備事業について**

- 事業者の名称/代表者 上田地域広域連合/広域連合長
- 主たる事務所の所在地 上田市上丸子1612番地
- 対象事業の名称/種類/規模/実施区域 上田地域広域連合資源循環型施設整備事業/廃棄物処理施設の建設 ごみ焼却施設/1日最大144tの処理能力/上田市常盤城2320番地 ほか
- 環境影響想定地域の範囲 上田市および坂城町

# 資源循環型施設整備事業に係る 環境影響評価方法書の説明会を開催します

上田地域広域連合では、資源循環型施設(統合クリーンセンター)整備事業に関する環境影響評価を進めており、「方法書」をとりまとめましたので、説明会を開催します。

○方法書についての説明会

開催日時	場 所
5月23日(月)・25日(水) 19:00～	サントミュージゼ 小ホール (上田市天神3-15-15)
5月30日(月) 19:00～	坂城町文化センター 大会議室 (坂城町大字中之条2468)

○方法書の公告・縦覧

**公告日** 5月中旬 **縦覧期間** 公告日から1か月間

**縦覧方法** 公告日以降に県および上田地域広域連合ホームページをご確認ください。



○意見書の提出

方法書について環境保全の見地からの意見を有する方は、上田地域広域連合に意見書を提出することができます。

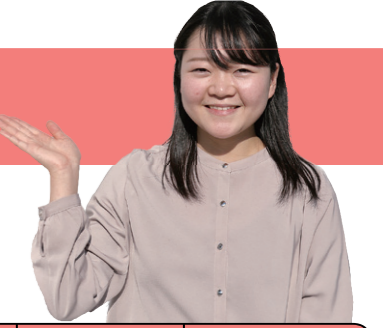
**提出期間** 縦覧期間満了日の翌日から2週間を経過するまで

**提出方法** 公告日以降に県および上田地域広域連合ホームページをご確認ください。

☎ 上田地域広域連合ごみ処理広域化推進室 ☎71-7705

# 令和4年度 上田市職員採用試験

今年度実施予定の上田市職員採用試験の概要をお知らせします。試験区分、受験資格の詳細、申込方法、試験内容などを記載した「募集要項」は、5月上旬頃から順次ホームページで公表します。



試験の種類	受 験 資 格	募集要項公表	第一次試験
大学卒業程度	<b>26歳以下の方</b> ※試験区分により法令上の資格・免許を有する者(または年度末までに取得見込みの者)	5月上旬	7月10日(日)
大学卒業程度(民間企業等職務経験者採用)	<b>27歳以上40歳以下で 職務経験3年以上の方</b> ※試験区分により法令上の資格・免許を有する者(または年度末までに取得見込みの者)	8月上旬	10月16日(日)

**短期大学卒業程度、高等学校卒業程度の募集要項は7月上旬に公表し、第一次試験は9月18日(日)を予定しています。**

※新型コロナウイルスの状況によっては、試験の中止や延期、試験内容の変更などをする場合があります。試験の実施にあたり、変更などがある場合に限り、ホームページでお知らせします。

※応募状況などにより、上記以外に採用試験を実施する場合があります。その際は改めてホームページなどにより募集要項を公表します。

☎ 総務課 ☎23-5332



### 医師確保修学資金等の被貸与者を募集

将来、市の指定医療機関の医師として従事しようとする方に、資金を貸与します。  
制度概要

区分	修学資金	研修資金	研究資金
募集期間	4月1日(金)～30日(出)		随時
対象者	医学部の大学生(1～3年生に限る)	産科、小児科、麻酔科医を志す大学院生、研修医	県外から転入し、指定医療機関で勤務する産科、小児科、麻酔科の医師
貸与金額	月額20万円	月額30万円	3年資金／300万円 2年資金／200万円
貸与期間	大学を卒業するまで	大学院を卒業または研修が修了するまで	3年資金／3年間 2年資金／2年間
その他	一定期間、市が指定する医療機関に従事することにより返還を免除します。		

募集人数 各区分とも若干名

申込 市ホームページの募集要項に従い、申請書に必要書類を添えて  
☎窓口へ提出してください。

その他 募集要項・申請書様式の郵送をご希望の場合や詳細は☎へ電話で。  
☎ 地域医療政策室 ☎75・6787



### 高齢者エアコン設置支援事業

高齢者の自宅にエアコンを購入・設置する費用(1台分)の一部を補助します。

対象者 次の①～④全てに該当する方

- ①市内に住所があり、申請時に65歳以上の高齢者のみの世帯
- ②自宅にエアコンが設置されていない、または使用できるエアコンが1台もない
- ③世帯員全員が市民税非課税で、市税などの滞納がない
- ④市内に住所がある方の扶養親族(税法上)でない

対象機器 室外機を使用し、壁に固定して設置するもの

補助金額 エアコンの購入および設置に要した費用の1/2(5万円以内)

申込

☎へ電話で。対象と思われる方には申請書を郵送しますので、次の期間内に☎窓口または郵送で提出してください。

- 第1期 5月2日(月)～20日(金)
- 第2期 6月6日(月)～17日(金)
- 第3期 7月4日(月)～15日(金)

期間内に全体の予算額に達した場合は、それ以降の募集は行いません。

申込多数の場合は、抽選で決定します。

第2期・3期、その後の追加募集を行う場合は、市ホームページでお知らせします。

注意 補助金交付決定日以降に購入設置したエアコンが対象となりません。また、市職員がエアコンの設置状況など現地確認を行う場合があります。

☎ 高齢者介護課 ☎23・5131



### 審議会等附属機関の委員を募集

◇地域福祉審議会

審議内容

上田市地域福祉計画策定および地域福祉の推進に関する重要事項を市長の諮問に応じ調査審議します。

☎ 〒386-8601(住所不要)  
福祉課 ☎71・8081

◇子ども・子育て会議

審議内容

市の子ども・子育て支援に関する事項について審議します。

☎ 〒386-0012 中央6-5-39  
子育て・子育て支援課 ☎23・5106

◇廃棄物処理審議会

審議内容

上田市ごみ処理基本計画の見直しなどに関し、市長の諮問に応じ調査審議します。

☎ 〒386-0025 天神3-11-31  
ごみ減量企画室 ☎22・0666

◇共通事項

応募資格 市内在住で18歳以上の方(公募によるほかの審議会への参加者は、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

応募締切 5月6日(金)

応募方法 所定の申込書(各☎窓口、または市ホームページにあり)に必要事項を記入して、郵送または各☎窓口へ。後日面接により決定します。



(行政管理課)



### 4月分 市税などの納期限

- 固定資産税・都市計画税 1期

5月2日(月)までの納付をお願いします。

☎ 収納管理課 ☎23・5117



### 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 5月7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年度産以降のもの)

☎ 上田市社会福祉協議会  
☎27・2025

(福祉課)

### 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。(2月分)

◇ポート株式会社様

現金10万円/若者の就職支援のために

◇信金中央金庫様

現金1,000万円/地方と都市をつなぐ地域創生推進のために

◇株式会社三葉製作所様

防犯カメラ一式/神科小学校へ

◇竹内哲也様

現金10万円/ひとり親家庭支援のために

●ふるさと寄附金  
550件 12,757,500円

### 上田市消防団 新入団員募集

消防団は市民の皆さんが安全で安心な生活を送るために欠かすことのできない団体です。

「自らの地域は自らで守る」をモットーに私達と一緒に活動しませんか。

入団資格 市内在住・在勤・在学で18歳以上の方

その他

- 活動服などを貸与します。
- 活動中に負傷した場合の補償制度があります。
- 5年以上勤務して退団の場合は退職報償金を支給します。
- 登録された店舗や施設などの特典サービスがあります。



☎ 上田市消防団事務局  
(消防総務課内) ☎26・0119



### 募 集

#### 放課後テラス発表者募集

上田駅前、日頃の成果を発表しませんか。放課後テラス事業は、児童・生徒・学生の皆さんの表現活動を応援します。

発表期間 5月2日(月)～11月30日(火)  
※希望日の2週間前までに申込。

実施場所 上田駅 水車前広場

募集内容 音楽・ダンスなどの発表

対象 小学生から大学生(専修学校などを含む)までの個人または団体

☎ 交流文化スポーツ課  
☎75・2005



#### 市民プラザ・ゆう 育成グループ新規会員募集

市民プラザ・ゆうの講座を修了した方が中心となって活動する「育成グループ」に参加しませんか。見学や加入を希望する方は、お問い合わせください。詳細は、市ホームページや☎へご確認ください。

募集グループ

毛筆習字、生花(草月流)、フラワーアレンジメント、パッチワーク、茶道(裏千家)、日常英会話、イギリス英語、木彫り(農民美術)、透明水彩画、絵手紙、太極拳、ハワイアンフラダンス、ヨガ、スポーツ吹き矢

☎ 市民プラザ・ゆう ☎27・2988

(人権男女共生課)



### ごみ減量化機器購入費補助金の申請の受付

生ごみの減量化機器を購入した方に購入費の補助を行っています。

令和4年度の予算額に達した場合、次年度の受付となります。

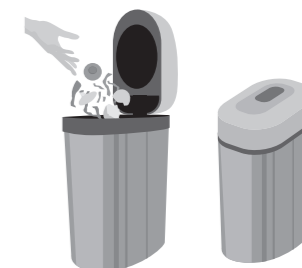
対象 市内在住で、市税の滞納がない方

補助金額 購入費用の4/5(一台につき上限5万円)

申請

ごみ減量化機器を購入・設置後、窓口(☎、生活環境課、各地域自治センター)に申請書(各☎窓口、ホームページにあり)を記入して提出。

☎ 廃棄物対策課(上田クリーンセンター内) ☎22・0666



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。3月28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。



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。

### 初級・中級英会話教室

初級コースは、英会話の基礎を学びたい方や久しぶりの方向けです。中級コースは実践的な英会話を学びます。



#### 期間

5月～令和5年3月  
(前・後期各10回。年20回)

#### コース／実施曜日／時間

①初級コース／火曜日／19:00～20:00  
②中級コース／金曜日／19:00～20:00

講師 ①櫻井久恵氏

②ビル・レッティ氏

対象 市内在住・在勤の成人(高校生不可)

定員 先着各10名(最小催行人数各5名)

料金 2万円(前・後期各1万円)

申込 4月22日(金)以降、住所・氏名・電話番号・希望のコースを電話で。

☎ 丸子公民館 ☎42-3147

### 抱っこdeライブ

子育て中のお母さん、お父さん、妊婦さんが、お子さん連れで楽しめる講座です。

日時 5月26日(休)  
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 武田理恵子氏(フルート)

寺島都志子氏(チェロ)

飯島優子氏(ピアノ)

対象 市内在住の未就園児親子ほか

定員 先着30組

料金 100円/組

申込 4月22日(金)以降、氏名・住所・電話番号を電話で。

☎ 丸子公民館 ☎42-3147

### 歴史を巡るシリーズ 「義仲ゆかりの地を巡る②」

義仲ゆかりの地を学びながら歩きませんか。今回は、依田城(標高804.6m)登頂を目指します。

日時 5月10日(火) 9:00～11:30  
※雨天時は、5月17日(火)に延期

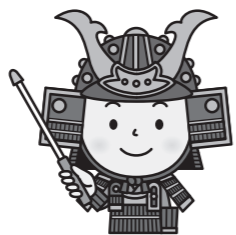
集合場所 宗龍寺三門下駐車場  
(御嶽堂145)

対象 市内在住・在勤の方

定員 先着15名 料金 100円

申込 4月21日(休)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



### 歴史を哲学シリーズ第1弾 木曾義仲と鎌倉殿の時代

好評につき追加開催します。絵巻物を教材に歴史を考察してみませんか。

日時 5月12日(休)  
9:45～11:45(受付 9:15～)

場所 丸子文化会館 小ホール

講師 滝澤正幸氏  
(元県立歴史館主幹学芸員)

演題 木曾義仲と鎌倉殿 国宝・重文絵巻に見る武士の時代

対象 市内在住で初めて参加する方

定員 先着40名

申込 4月21日(休)以降、電話で。

☎ 丸子公民館 ☎42-3147

### 親子で遊ぼうグーチョコキバ

お散歩と簡単な工作(こいのぼりなど)を予定しています。

日時 5月10日(火) 10:00～12:00

場所 信州国際音楽村 研修センター

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 100円/組

持ち物 タオル、飲み物など

申込 4月22日(金) 9:00以降、氏名・住所・電話番号を電話で。

☎ 丸子公民館 ☎42-3147

### 「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には、収容人員により防火管理者を選任しなければなりません。防火管理者の資格(甲種・乙種)を付与する講習を行います。

日時 5月12日(休)・13日(金)  
両日 9:30～16:30  
※乙種は12日のみ

場所 上田創造館

定員 先着100名

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

申込 4月20日(休) 9:00以降、☎または丸子・真田・東御・依田窪南部消防署の窓口で。

☎ 消防本部予防課 ☎26-0029



### 令和4年度の断酒会

共に励まし合い、断酒を続けている皆さんの会です。アルコールでお悩みの方やその家族の方が対象です。ご家族だけの参加もできます。

#### ◇上田会場

日時 毎週木曜日 19:30～21:00  
(休日は、5月5日、8月11日、11月3日、12月29日、2月23日)

場所 勤労者福祉センター(中央4-9-1)

◇丸子会場  
日時 毎月第1・3月曜日 19:00～21:00  
(1月は第2・3月曜日)

場所 丸子公民館

☎ (上田会場) 健康推進課 ☎23-8244  
(丸子会場) 丸子保健センター ☎42-1117

### ホロスピラティス講座

仕事や家事で疲労がたまっていますか。アロマ、ピラティス、ハーブの3つで心と体のバランスを整える講座です。動きやすい服装でお越しください。

日時(全6回) 5月26日～7月7日の木曜日  
14:00～15:30

※6月16日(休)は休み。

講師 佐藤玖光氏(アロマ、ピラティス、ハーブのインストラクター)

対象 市内在住・在勤で40歳以上の方

定員 先着20名

料金 3,800円(材料費込み)※初回徴収

持ち物 筆記用具、汗拭きタオル、マットまたは大判のタオル

申込 4月26日(火)～5月19日(休)に電話で。

☎ 市民プラザ・ゆう(材木町1-2-2) ☎27-2988

(人権男女共生課)

### あかちゃん広場・親子ふれあい広場

#### ◇あかちゃん広場

赤ちゃんとコミュニケーションをとりながら、「ダンス・リトミック・ベビーヨガ」を楽しみましょう!

対象 2か月～1歳のお子さんと保護者

#### ◇親子ふれあい広場

遊びを通して、季節の行事も楽しく学べる講座です。

対象 1歳～未就園児のお子さんと保護者

#### ◇共通事項

日時 4月～翌年3月までの水曜日(毎月1回)  
10:00～11:30 ※両広場は別日に実施

料金 100円/回

その他 詳細はホームページをご覧ください。

☎ 中央公民館 ☎22-0760



ホームページ

### 講座・教室

### 春を感じて身体を動かす遊びをしよう!

春を感じ、子どもの五感や身体、コミュニケーション力を養います。動きやすい服装でお越しください。

日時 4月24日(日)  
13:00～16:00(受付 12:30～)

場所 川西公民館 大ホール、周辺の公園  
※雨天時は大ホールのみ。

講師 綱やまぼうし自然学校スタッフ

対象 小学3～6年生(保護者も見学可)

定員 15名程度(最小催行人数8名)

料金 600円(保険代・材料費込み)

持ち物 室内用運動靴、飲み物、タオル

申込 4月21日(休)までに電話で。

☎ 川西地域自治センター ☎75-5840

### 催し

### 市民の森馬術場まつり

引き馬・乗馬体験を行います。  
日時 5月3日(火・祝)～5日(木・祝)  
9:00～15:00

料金 大人600円、小学生以下300円

☎ 市民の森馬術場(芳田3780-73) ☎28-5020

(スポーツ推進課)

### 第51回うえだこどもまつり

こいのぼり工作、いろいろな体験企画を用意しています。親子で遊びに来てください。詳細は、うえだこどもまつりホームページをご覧ください。

日時 5月5日(木・祝) 10:00～12:00

場所 上田城跡公園

☎ うえだこどもまつり

実行委員会 ☎ shiro\_@nifty.com

生涯学習・文化財課 ☎23-6370

### 若者のための就職個別相談 ミニジョブカフェ

学生をはじめとした若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できるように、専門のアドバイザーが相談に応じます。

日時

5月 12日(休)・24日(火)

6月 9日(休)・28日(火)

各日 13:30～、14:30～、15:30～

場所 勤労者福祉センター(中央4-9-1)

対象 44歳までの求職中の方

申込 希望日の2日前(土日祝日を除く)の17:00までに電話で。

☎ 地域雇用推進課 ☎26-6023

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。3月28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。



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。

### 「まちづくり講演会」を開催します

令和4年度のスタートにあたり、一人ひとりの意識と行動を見つめ直し、これまで足りなかった自分を改めて振り返るための、ステップアップ講演会を開催します。前回開催時(3月)に、会場に来られなかった方も含め、多くの方のご来場をお待ちしております。まちづくりを進めるためのヒントが詰まった講演会です。



浅井浩一氏

**日時** 5月9日(月) 13:30~16:00(開場 13:00)

**場所** サントミュージゼ大ホール  
※駐車場に限りがあるため、乗り合わせなどでご来場ください。

**演題** 強く優しくいままちづくりに向け  
「意識と行動を変える超実践派」の第一人者がお伝えしたい

〜一人を活かし結果を出す言動とは〜  
**講師** 浅井浩一氏(マネジメントケアリスト)

**☎** 市民参加・協働推進課 ☎75・2230



最新情報は  
こちらから

ホームページ

### ノルディックウォーキングで歩く 真田信綱寺~千古の滝

ノルディックウォーキングの講習後、実際に歩きますか。小雨決行。(荒天時中止)

**日時** 5月15日(日)  
9:00~12:00(受付 8:30~)

**コース**(往復約6km)  
真田運動公園駐車場(集合場所)⇒信綱寺  
黒門⇒横尾神社⇒千古の滝

**対象** 市内在住の方 **定員** 先着15名  
**持ち物** 飲み物、帽子、雨具(手荷物は持たない)、ポール(お持ちの方。無料貸出あり)

**申込** 4月25日(月)~5月6日(金)に電話で。  
**☎** 健康推進課 ☎28・7123  
信州上田ノルディックウォーキング協会  
(当日のみ) ☎24・1812

### カラダ元気℃測定

体組成計で部位別の筋肉や脂肪の付き方を調べ、体力測定で運動能力を確認してみませんか。測定は年に1回程度が目安です。運動のできる服装でお越しください。

**日時**(次のいずれか1回の参加)

- ①**午前の部(9:30~11:30)**  
5月17日(火)、7月5日(火)
- ②**午後の部(13:30~15:30)**  
4月19日(火)、5月26日(休)、6月22日(水)
- ③**夜の部(19:00~20:30)**  
6月7日(火)

**場所** ひとまちげんき・健康プラザうえだ  
2階 チャレンジ運動ルーム

**対象** 市内在住で20歳以上の方  
**定員** ①②各日先着8名、③先着6名  
**持ち物** 室内用運動靴、飲み物  
**申込** 測定日前日までに電話で。  
**☎** 健康推進課 ☎28・7123

### 求職中の若者のための パソコン講座

Word・Excelの基本操作と応用を学びます。(Office2019を使用)

**日時(全5回)**  
5月19日(休)~25日(休)  
10:00~12:00(土日を除く)

**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** 4月25日(月)以降、電話で。  
**その他** 5月18日(休) 10:00からの説明会は参加必須。

**☎** 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)  
☎75・2383

(地域雇用推進課)

### 健康・スポーツ

#### 介護予防体操

- 期日/場所**
- ① 5月6日(金)・11日(火)・17日(火)  
／高齢者福祉センター ※各回先着30名
  - ② 5月17日(火)／長瀬市民センター
  - ③ 5月11日(火)・23日(月)  
／真田中央公民館
  - ④ 5月20日(金)／武石地域総合センター

◇①~④の共通事項  
**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

**申込** ①は4月25日(月)以降、電話で(複数日の申込不可)。②~④は申込不要。  
**☎** 高齢者介護課 ☎23・5140

### 人生100年時代！ 暮らしに役立つ睡眠健康講座

毎日の睡眠は充分にとれていますか。美容や健康に役立てるため、睡眠の質を高める方法について学びます。

**日時** 5月9日(月) 13:30~14:30  
**講師** 上妻聖一氏  
(明治安田生命長野支社FP推進担当)

**対象** どなたでも  
**定員** 先着30名 **料金** 100円  
**申込** 4月22日(金) 9:00以降、窓口または電話で。  
**☎** 中央公民館 ☎22-0760

### 公共職業訓練 ビジネスアプリケーション +Web科

ビジネスアプリケーションソフトの使用方法や活用能力を習得するほか、Webページの更新に必要な知識・技術などの応用力を身につけ早期就職を目指します。

**日時** 6月9日(休)~9月8日(休)  
9:30~16:10  
※土日祝日、8月12日(金)~15日(月)は休み

**場所** アナハイムパソコンスクール  
(御所607)  
**料金** 9,350円(テキスト代)  
※受験料などの自己負担あり。

**対象** ハローワークに求職登録し、全期間を通して受講できる方  
**申込** 5月17日(火)までに申込書(ハローワーク窓口)にあり)をハローワークへ提出。

**選考** 5月27日(金)に☎で実施。  
**☎** 長野県工科短期大学校  
☎39・1111

(地域雇用推進課)

### ママたちのほっとタイム

NPプログラム(子育て中の親応援プログラム)で、子育て中の仲間といろいろなことを話してみませんか。メンバーでテーマを決めて話し、学び合う参加者主体の講座です。

**日時(全6回)**

6月	14日(火)・21日(火)・28日(火)
7月	6日(火)・13日(火)・20日(火)

各日 10:00~12:00(受付 9:45~)

**場所** ひとまちげんき・健康プラザうえだ  
2階  
**対象** 市内在住で就園前のお子さんを持つ保護者

**定員** 7名(託児あり)  
**持ち物** 飲み物、託児に必要な物(飲み物、オムツ、着替え1組、フェイスタオルなど)

**申込** 5月31日(火)までに電話で。  
**☎** 中央子育て支援センター  
☎26・3096

### あなたは大丈夫？ フレイル予防講座

フレイルとは加齢により心身が衰えた状態のことをいいます。危険信号を見逃さないように効果的な予防法を学びます。

**日時(全2回)**  
4月27日(火)、5月11日(火)  
両日 13:30~15:00

**場所** 神川地区公民館 大ホール  
**講師** 上妻聖一氏  
(明治安田生命長野支社FP推進担当)

**対象** どなたでも  
**定員** 先着30名 **料金** 200円  
**申込** 4月21日(休) 9:00以降、窓口または電話で。  
**☎** 中央公民館 ☎22・0760

### 講座・教室

#### 令和4年度 まるご春秋学園

元気で魅力ある「幸齢者」になれるよう、一緒に学習しませんか。

**期間** 各コース6月~翌年1月(年8回)  
**場所** 丸子公民館ほか

- コース/実施曜日/時間(原則)**
- ①一般教養/月曜日/13:30~15:00
  - ②歴史/水曜日/13:30~15:00
  - ③音楽/木曜日/13:30~15:00
  - ④健康/月曜日/9:30~11:30
  - ⑤歴史散策/月曜日/9:30~11:30
- ※5月27日(金)に開講式があります。  
**対象** 市内在住で60歳以上の方  
**申込** 5月13日(金)までに、申込用紙(☎窓口、丸子文化会館ほか)を☎へ。  
**☎** 丸子公民館 ☎42・3147

#### 「お菓子作りから商品化へ」 入門講座

お菓子を作って売ってみたいと思ったことはありませんか。「売るって何を準備したらいいの?」と思っている方のために、地元の小麦や豆、果物を使ったお菓子作りと売るために必要な知識を学ぶ講座です。講師は毎回変わります。

**日時(全10回)**  
5月から第3月曜日 9:30~12:00  
※初回は、5月16日(月)

**定員** 先着10名  
**料金** 1,000円/回(材料費込み)  
**持ち物** エプロン、三角巾、筆記用具、持ち帰り用容器  
**申込** 4月22日(金)~5月8日(日)に、電話または窓口で。  
**☎** とっこ館(塩田の里交流館)  
☎39・7250(水曜日休館)

(農政課)

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。3月28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」です。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。



### オンライン婚活交流会 お気に入りスイーツで縁結び

Zoomを使用したオンライン開催です。お気に入りのスイーツを持ち寄り、「オンラインティータイム」「個別トーク」を行います。



**日時** 5月22日(日) 14:00~16:00  
(受付 **男性** 13:30~、**女性** 13:45~)

**対象** 50代までの **男性・女性**  
**男性** 市内在住・在勤、または上田市近郊に在住の独身の方  
※申込多数の場合は市内在住・在勤の方を優先に抽選とします。

**女性** 独身の方  
**定員** 男女各6名(申込多数の場合は抽選) ※最小催行人数 男女各3名

**料金** 無料(通信費やスイーツ、飲み物代は自己負担)

**申込** 5月9日(月)までに電子申請で。  
※電話、FAXでの申込はご遠慮ください。

**その他** 個人情報厳重に管理し、許可なく結婚支援事業以外の目的では使用しません。

**☎** 移住交流推進課(地域おこし協力隊) ☎21-0061  
✉ iju-tiikiokosi@city.ueda.nagano.jp



電子申請

### ウォーキング教室

ウォーキングと筋力トレーニング・ストレッチで歩き続けられる体力を付けましょう

**日時** 第1火曜日 10:00~11:15  
※初回は、6月7日

**場所** 上田城跡公園第二体育館、上田城跡公園内

**持ち物** 室内用運動靴、飲み物、ヨガマット、ウォーキングができる靴、帽子

◇お出かけウォーキング  
季節ごとの景色を楽しみ、史跡や歴史に触れて楽しく歩きます。

**日時** 毎月第2・3・4火曜日  
9:30~11:30

**場所** 市内各所(現地集合)  
※初回は4月26日(火)で千曲公園・上半過を歩きます。

◇共通事項  
**料金** 500円/回  
**申込** 開催日前日までに電話で。  
**☎** ㈱クラブUSC ☎26-5320 (平日 10:00~16:00) (スポーツ推進課)

### ラジオ体操講習会

正しいラジオ体操を知っていますか。いつでも、どこでも気軽にできる体操を正しく行い、健康増進をはかりましょう。ラジオ体操第一、第二、みんなの体操の実技講習です。

**日時** 5月18日(水) 9:30~10:30

**場所** 丸子総合体育館  
**講師** 関茂樹氏(1級ラジオ体操指導士)

**定員** 先着50名  
**料金** 500円(保険料込み)

**持ち物** 室内用運動靴、飲み物  
**申込** 4月25日(月)~5月13日(金)に電話で。

**☎** 上田市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会事務局(㈱クラブUSC) ☎26-5320(平日 10:00~16:00) (スポーツ推進課)

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。

### 第12回別所線と走ろう、歩こう!!ラン&ウォーク

「別所線」の存続支援、市内および沿線地域の活性化、人々とのふれあいを目的に開催します。日本遺産にも認定されている別所線に沿って、上田城から別所温泉駅までをランニング、ウォーキング、途中で電車を利用してもOKな日本一楽しくゆるいラン&ウォークイベントです。

**日時** 5月21日(日) 10:00スタート  
**コース** (スタート) 上田城跡公園芝生広場 (ゴール) 別所温泉あいそめの湯

**その他** 申込時期や参加料金などの詳細は、ホームページなどでお知らせします。新型コロナウイルスの感染状況などにより中止する場合は、ホームページなどでお知らせします。

**☎** 別所線と走ろう実行委員会 ☎03-3465-2888 ☎03-3465-2444  
✉ besshosen@sports-fitness.co.jp (交通政策課)



ホームページ

### 第17回 市民ゴルフ大会 クローバー杯

**日時**(参加人数により変更あり)  
①6月18日(土) 8:30~  
②6月19日(日) 9:00~  
③6月20日(月) 8:30~

**場所** ①②上田丸子グランヴィリオゴルフ倶楽部(藤原田1038-1)  
③上田菅平高原グランヴィリオゴルフ倶楽部(菅平高原1223-3307)

**対象** 市内在住・在勤の方  
**定員** ①②各先着100名、③先着120名  
**料金** 2,000円(別途プレー代) ※当日徴収

**申込** 4月26日(火)~6月3日(金)に窓口(☎、丸子総合体育館、真田・武石地域教育事務所)にある申込用紙を記入して提出。できるだけ4人1組でお申し込みください。  
**☎** スポーツ推進課 ☎23-5196 ☎23-6376

### ときめきウォーキング 丸子城跡

丸子公園内の城跡まで登る健脚コースです。整備された遊歩道のトレッキングになります。荒天時は丸子総合体育館で軽運動を行います。

**日時** 5月2日(月)  
9:30~11:30(受付 9:15~)

**集合場所** 丸子総合体育館駐車場  
**対象** 市内在住の方 **定員** 先着20名  
**持ち物** 帽子、トレッキング対応の靴、タオル、飲み物、雨具  
※荒天時は室内用運動靴

**申込** 4月25日(月)~28日(木)に電話で。  
**☎** ㈱クラブUSC ☎26-5320 (平日 10:00~16:00) (健康推進課)

### 健康・スポーツ

**アクアボールエクササイズ**  
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** 5月17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** 4月23日(土) 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(鹿教湯温泉1293) ☎44-2131 (10:00~20:00 第2・4火曜日休館) (丸子産業観光課)

### 幼児・児童運動あそび教室

遊びを通じて正しい体の使い方を学びましょう。

**期日** 5月21日(土)・28日(土)  
**場所** 自然運動公園総合体育館  
**コース/対象/時間**  
●幼児クラス/年少~年長 /9:00~10:00  
●児童クラス/小学1~6年生 /10:20~11:50

**定員** 各クラス先着10名  
**料金** 1,000円  
**持ち物** 飲み物、タオル、室内用運動靴  
**申込** 4月25日(月)以降、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)

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。3月28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」です。定員、料金、申込の記載がないものは、「定員なし」、「定員なし」、「申込不要」です。



## 上田市スポーツ教室



教室名	期間	時間	場所	定員 (先着)	料金
初心者ゴルフ (夏期)	6月8日～ 8月3日の 水曜日	10:00～ 12:00	塩田ゴルフ場 (保野558)	30名	4,000円 (別途使用料など)
少林寺拳法 (前期)	5月16日～ 7月25日の 月曜日	19:00～ 20:30	上田城跡公園 体育館剣道場	20名	2,000円
ソフトバレー ボール (前期)	5月16日～ 8月1日の 月曜日	19:00～ 21:00	上田城跡公園 体育館	25名	2,000円
ラージボール 卓球 (前期)	5月18日～ 7月20日の 水曜日	9:30～ 11:00	上田城跡公園 体育館	20名	2,000円
女性 ソフトテニス	5月17日～ 7月19日の 火曜日	9:30～ 11:30	上田城跡公園 東テニスコート	20名	3,000円
やさしい筋力 アップ貯筋運 動(前期)	5月20日～ 7月22日の 金曜日	10:00～ 11:00	上田城跡公園 体育館剣道場	60名	3,000円

**申込** 4月25日(月)～5月10日(火)に各窓口(☎、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)にある申込書を窓口へ提出。市ホームページ(電子申請)からも申込できます。



ホームページ

☎ 上田市スポーツ協会 ☎27・9400

(スポーツ推進課)

上田市体育協会の名称と所在地が次のとおり変わります。

**名称**(4月1日(金)から変更) **上田市スポーツ協会**

**所在地**(4月23日(出)から変更)

〒386-1101 下之条354-1  
上田古戦場公園管理事務所(県営上田野球場内)  
※電話番号やFAX、メールアドレスは変わりません。

お知らせ

## 丸子図書館

☎42・2414 月曜日休館



### おはなし会

図書館員による絵本・紙芝居などを予定しています。

**日時** 5月21日(出) 10:30～

**定員** 先着12組

**申込** 5月1日(日)～20日(金)に電話または窓口で。

### 開館10周年記念

#### ◇ライブラリークラシックコンサート

丸子図書館は、今年で開館10周年を迎えます。これを記念して信州国際音楽村との共同企画によるライブラリークラシックコンサートを開催します。



中世イタリアの古典文学の名作「デカメロン」と中世ハーブの響きによる、音楽と文学の融合をお楽しみください。

**日時** 5月4日(水・祝)  
19:00～20:00(開場 18:45)

**出演** 西山まりえ(バロックハーブ)

**定員** 先着40名

**申込** 4月22日(金)以降、電話または窓口で。

#### ◇「シルクの歴史」講演会

開館10周年を記念して、昨年発行された丸子地域の蚕に関する冊子「シルクの歴史」を題材とした講演会を開催します。

**日時** 5月15日(日) 14:00～16:00

**講師** 阿部勇氏

(元県立歴史館総合情報課長)

**定員** 先着24名

**申込** 5月3日(火・祝)以降、電話または窓口で。



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。

## 子どもと親子の運動教室



親子で一緒に運動し、運動好きな子どもを育てます。

#### ◇ポッポ体操教室

**日時** 5月17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～未入园児とその保護者

**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** 5月14日(出) 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** 5月21日(出) 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** 開催日前日までに電話で。

**☎** ①QクラブUSC ☎26・5320  
(平日 10:00～16:00)

(スポーツ推進課)

## 施設イベント



## 真田図書館

☎72・8080 月曜日休館



### おはなし広場

「たまたま箱」の皆さんによるパネルシアターです。

大人の方のご参加も大歓迎です。

**日時** 5月21日(出) 10:30～

**対象** どなたでも

**定員** 20名程度

## 山崎の森・山野草ウォーキング



新緑、山野草を楽しみながら、山崎の森をウォーキングして心もカラダもリフレッシュしましょう。小雨決行(荒天時は真田体育館で軽運動を行います)。

**日時** 5月11日(出) 9:30～11:30

(受付 9:15～9:25)

**集合場所** 真田保健センター駐車場

**対象** 市内在住で約6kmを2時間で完歩できる方

**定員** 先着20名

**持ち物** 飲み物、雨具、帽子、万歩計、

ウォーキングポール(必要な方)

※荒天時は室内用運動靴

**申込** 4月23日(出)以降、電話で。

**☎** ①さなだスポーツクラブ  
☎72・2657(14:00～、火曜日定休)  
(健康推進課)

## Jrチャレンジ硬式テニス教室



テニスの技術をさらに高め、ジュニアの大会に挑戦しましょう。

#### コース/日時

①毎週木曜日コース/18:00～19:30

※初回は、5月12日(休)

②日曜日(月3回)コース/10:00～12:00

※初回は、5月1日(日)

③木・日曜日コース

(①②の両方を受講するコース)

※初回は、5月1日(日)

**場所** 真田運動公園テニスコート

**対象** 小学3年生以上のテニス経験者

**定員** 先着各20名

**料金** ①②各2,100円/月、

③3,200円/月

**持ち物** タオル、飲み物、ラケット、帽子

**申込** 4月23日(出)以降、電話または窓口で。

**☎** ①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)

## 健康・スポーツ



### チャレンジけん玉教室



いろいろな技にチャレンジして集中力をアップし、脳も体も元気になろう。初心者の方大歓迎です。

**日時(全11回)**

毎月第1土曜日 10:00～11:30

※初回は、5月7日(出)

**場所** 真田総合福祉センター講堂

**講師** 清水悟氏

(日本けん玉協会公認2級指導員)

**対象** 小学生以上どなたでも

**料金** 7,000円

**持ち物** 室内用運動靴、けん玉

**申込** 4月23日(出)以降、電話または窓口で。

**☎** ①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)

### 楽しい野球教室



月に1回開催で経験のある子もない子、誰でも野球を楽しめる教室です。

**日時** 毎月第3土曜日

8:00～11:00

※初回は、5月21日(出)

**集合場所** 長小学校グラウンド  
(雨天時は長小学校体育館)

**対象** 小学1～6年生

**定員** 先着15名 **料金** 500円/回

**持ち物** グローブ(雨天時は室内用運動靴)

**申込** 4月23日(出)以降、電話または窓口で。

**☎** ①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)



イベント参加の際はマスクをお持ちください。3月28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。



### 上田市公文書館

☎75-6682 月曜日・祝日の翌日は休館  
✉ kobunshokan@city.ueda.nagano.jp

### 公文書館・郷土資料館 合同企画展説明会

丸子郷土博物館との共同企画展「所蔵資料でたどる上田・丸子地域の製糸・絹糸紡績の歩み」の説明会を行います。

日時 4月29日(金・祝)・5月15日(日)  
両日 10:00～、11:00～、  
13:00～、14:00～

定員 各回先着5名  
料金 100円(丸子郷土博物館入館料)  
申込 開催前日までに電話またはメールで。

### エコ・ハウス (上田クリーンセンター内)

☎23-5144  
(受付時間:月～金曜日 10:00～16:00)

### 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。登録は3か月です)。

ゆずります ベビーカー／プリンター(エプソンカラリオ)／学習机／椅子／介護用尿とりパッド(男女兼用)／洋服用布／エレクトーン

ゆずってください チャイルドシート／スチール棚／卓上ミシン／アイロン台／ロックミシン／電子レンジ／メトロノーム



ホームページ

※3月1日時点の登録状況です。

### 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 5月6日(金) 10:00～12:00

### Photoshop超入門

画像処理ソフトPhotoshopCCに初めて触れる方のための入門講座です。画像の色合いや明るさの補正、不要なものの消し方、サイズの変更、トーンカーブの基本などを学びます(CC2021使用)。

日時 5月20日(金) 13:30～16:00  
対象 キーボード・マウス操作のできる方  
定員 先着10名 料金 1,500円  
申込 5月7日(日)以降、電話で。

### フィモーラ Filmoraでカンタン動画編集!

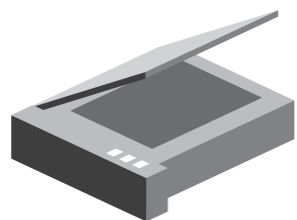
動画編集ソフトFilmoraを使って動画作成を学びます。動画の切り抜き・切り替え効果・テロップ作成・音楽の挿入などをして、動画の書き出しまでを行います。

日時 5月21日(土) 13:30～16:00  
対象 パソコンで動画編集をしたい方で文字入力ができる方  
定員 10名(申込多数の場合、抽選)  
料金 1,500円 持ち物 USBメモリ  
申込 5月9日(月)までに電話で。

### スキャナー活用セミナー

写真や資料、名刺をスキャナーで読み取る方法を学びます。OCR機能、シートフィードスキャナーや、ネガフィルムを通すだけの操作が簡単なフィルムスキャナーも紹介します。

日時 5月27日(金) 13:30～16:00  
対象 キーボード・マウス操作のできる方  
定員 先着5名 料金 1,500円  
申込 5月13日(金)以降、電話で。



### マルチメディア 情報センター

☎39-1000 水曜日休館

### あっとほーむシアター

ホールのスクリーンでライブ中継し、寸劇を見たり、クイズを行います。

日時 4月29日(金・祝) 14:00～15:00  
対象 未就学児～小学校低学年  
定員 100名(申込多数の場合、抽選)  
料金 100円/名  
申込 4月24日(日)までにホームページの申込フォームから。



申込フォーム

### 十勇士パソコンクラブ公開教室 「LEDイチゴ基板を作ろう」

LEDがランダムに光るイチゴ形の基板をはんだ付け作業します。

日時 4月30日(土) 13:30～15:30  
対象 小学4年生以上(大人可)  
定員 10名(申込多数の場合、抽選)  
料金 1,000円  
申込 4月24日(日)までにホームページの申込フォームから。



申込フォーム

### Excel初心者2日間コース

表計算ソフトExcelの基本操作を学ぶセミナーです。数値の入力と計算の基礎、基本の関数、グラフの作成、データベースの基本操作を学びます(Microsoft365/2019対応)。

日時 5月19日(休)・26日(休)  
両日 13:30～16:00  
対象 文字入力ができる方  
定員 10名(申込多数の場合、抽選)  
料金 2,500円(別途テキスト代1,320円)  
申込 5月9日(月)までに電話で。

### 市立博物館

☎22-1274 ☎23-5503  
水曜日・祝日の翌日は休館

### 博物館講座

上田城と城下町をテーマに、各回異なる講師にお話を伺います。

日時(全5回)  
6月2日、7月7日、9月1日、  
10月6日、11月10日の木曜日  
各回 13:30～15:00

場所 市役所本庁舎 2階会議室202、203

講師 太田喜美子氏  
(駒澤大学文学部歴史学科講師)  
栗村道子氏(元市誌執筆委員)  
寺島隆史氏(元市立博物館長)  
当館職員(学芸員)ほか

対象 全日程参加できる方  
定員 先着20名  
料金 700円(資料代込み)  
申込 4月25日(月)～5月13日(金)に、住所・氏名・電話番号を電話、FAXまたは窓口で。

### 古文書講座

原町の問屋「滝沢助右衛門家文書」を読みます。

日時(全5回)  
6月16日、7月21日、9月15日、  
10月20日、11月17日の木曜日  
各回 13:30～15:00

場所 初回/市役所本庁舎 2階会議室202、203  
2回目以降/市役所南庁舎 5階会議室

講師 尾崎行也氏(上田社会教育大学講師)  
対象 全日程参加できる方  
定員 先着20名  
料金 1,000円(資料代込み)  
申込 4月25日(月)～5月13日(金)に、住所・氏名・電話番号を電話、FAX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 5月25日(休)  
18:30～20:10(受付 18:20～)  
講師 中澤武氏(哲学者)  
テーマ 元気を出そう!大人の勉強法  
対象 18歳以上の方 定員 先着20名  
料金 500円(資料代) 持ち物 筆記用具  
申込 4月28日(休)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 5月25日(休) 14:00～15:30  
講師 尾崎行也氏(上田社会教育大学講師)  
テーマ 儒学『封内孝民伝』の著者 桂 希言  
定員 先着30名 料金 100円(資料代)  
申込 5月2日(月)以降、電話または窓口で。

### 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。

◇上田図書館  
日時 5月14日(土)  
未就園児/10:30～10:50  
園児・児童/11:00～11:20

◇創造館分室  
日時 5月28日(土)  
未就園児/10:30～10:50  
園児・児童/11:00～11:20

◇共通事項  
対象 乳幼児～小学生とその保護者  
定員 各10名程度

### 施設イベント

### 上田情報ライブラリー

☎29-0210 火曜日休館

### おはなし会

絵本大好きっ子集まれー!  
読みの会「稲穂」の皆さんによる紙芝居や絵本などの読み聞かせです。  
日時 5月7日(土) 11:00～11:30  
対象 幼児～小学生とその保護者

### ライブラリーコンサート ピアノ&オーボエコンサート

日時 5月28日(土)  
18:45～20:00(受付 18:15～)  
出演 齋藤寧子(ピアノ)  
古川美登里(オーボエ)  
曲目 花の歌 ほか 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 4月25日(月)以降、電話または窓口で。

### 朗読とヴァイオリン・ チェロのコラボレーション

朗読と弦楽器による異なる世界のハーモニーをお楽しみください。  
日時 5月14日(土)  
14:00～15:30(受付 13:30～)  
場所 上田駅前ビル・パレオ 2階会議室  
出演 ●いまあじゅの会(朗読)  
●デュオ・コモド(ヴァイオリン・チェロ)  
対象 朗読と音楽を楽しみたい大人  
定員 先着35名  
申込 4月22日(金)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。3月28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。