

令和5年成人式(仮称)実行委員を募集します

令和5年1月8日(日)に市内7会場で開催する成人式(仮称)の実行委員を募集します。会場ごとに成人式(仮称)の企画を検討する実行委員会を4回程度開催し、式当日は受付・司会などのスタッフとして運営に携わります。

会場(予定)	中学校通学区域
上田文化会館	第一・第二・第三中学校
上田創造館	第四・第六中学校
農村環境改善センター	第五中学校
塩田中学校体育館	塩田中学校
丸子文化会館	丸子・丸子北中学校
真田中央公民館	真田・菅平中学校
武石公民館	依田窪南部中学校

対象 平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれで、式当日の運営および事前の実行委員会に出席できる方

申込 9月30日(金)までに住所・氏名・連絡先・出身中学を☎へ電話またはメールで。

☎ 生涯学習・文化財課 ☎23-6375 ✉ ueda-seijin@city.ueda.nagano.jp

丸子地域教育事務所 ☎42-3147 真田地域教育事務所 ☎72-2655 武石地域教育事務所 ☎85-2030

※新型コロナウイルスの状況により内容を変更する可能性があります。



子育て情報

乳幼児健診の日時は、健診日の1～2か月前に郵送でお知らせします。
※上田地域の10か月児対象の個別健診は、通知がありません。各医療機関へお問い合わせください。

保健こよみ



入園に向けて各園の違いを確認しましょう (保育園・認定こども園・幼稚園の違い)

☎ 保育課 ☎23-5132

お子さんを出産し、「保育園などに預けたいけれど、施設の違いが分からない」とお困りの方へ、令和5年4月以降の入園に向けて、保育園や認定こども園、幼稚園の違いを紹介します。

	保 育 園	認定こども園		幼 稚 園
		保育部分	教育部分	
対 象 児	0～5歳児 ※保護者に理由(就労、出産、疾病など)があること	満3～5歳児		
保育料・授業料	0～2歳児 各家庭の市民税額により市が決定します。 3～5歳児 保育料は無償となります。	無償化の対象となります。 (注) 幼稚園には上限額があります。		
申込方法	(注) 通園送迎費、食材料費、行事費などは各園の規定により、保護者負担があります。		募集要項は各園にお問い合わせください。	

※各園により、対象年齢や料金などが異なる場合があります。詳細は市ホームページまたは直接希望する園にご相談ください。

各園の一覧はこちら



市ホームページ

上田市職員募集(令和5年4月1日採用予定)

試験区分・種類・受験資格など

試験区分	試験の種類	採用予定人員	受験資格
保育士A	短期大学卒業程度	10名程度	平成10年4月2日以降に生まれた者で保育士の資格を有する者(令和5年3月31日までに資格取得見込みの者を含む)
保育士B			昭和38年4月2日以降に生まれた者で保育士の資格を有する者
一般事務	高等学校卒業程度	若干名	平成13年4月2日以降に生まれた者
土木			昭和47年4月2日以降に生まれた者で栄養士または調理師の資格を有する者(令和5年3月31日までに資格取得見込みの者を含む)
技能労務A (保育園給食調理員)			昭和47年4月2日以降に生まれた者で準中型自動車免許(車両総重量5t限定免許およびA T限定免許を除く)、中型自動車免許(A T限定免許を除く)または大型自動車免許を有する者(令和5年5月31日までに資格取得見込みの者を含む)
技能労務B			

申込期限 8月24日(水)(必着) **第1次試験予定日** 9月18日(日)

詳細 「上田市職員募集要項」をご覧ください。

募集要項および受験申込書は、市ホームページ・☎窓口・各地域自治センターにあります。

☎ 総務課 ☎23-5332



市ホームページ

上地域域広域連合消防職員募集(令和5年4月1日採用予定)

試験区分・種類・受験資格など

試験区分	試験の種類	採用予定人員	受験資格
消防職	高等学校卒業程度	若干名	平成6年4月2日以降に生まれた者で、広域連合就職後は広域連合管内(坂城町を除く)に居住が可能な者

受付期間 8月1日(月)～7日(日)9:00～17:00(12:00～13:00除く)

第1次試験 日時/9月18日(日)8:30～(受付 8:00～) 場所/丸子福祉センター(上丸子1600-1)

詳細 上地域域広域連合ホームページをご覧ください。

☎ 上地域域広域連合消防本部 総務課 ☎26-0119



広域ホームページ

赤ちゃんは「まんまる抱っこ」でリラックス

☎ 発達相談センター ☎24-7801

赤ちゃんがリラックスできる姿勢はどのようなものでしょうか。産まれる前の赤ちゃんは、アルファベットのCのように体を丸めた姿勢でお母さんのお腹の中で成長します。赤ちゃんは産まれてからも背骨をCカーブに保つことで安心して過ごすことができます。しかし、自分でその姿勢を保つことはできません。そこでオススメするのが「まんまる抱っこ」です。

オススメの理由!

- お母さんと赤ちゃんの顔の距離が、赤ちゃんの視力でも焦点の合う距離になります
- 赤ちゃんが手を伸ばしたり、お母さんが声をかけたりできる最適な姿勢になります

まんまる抱っこ

ポイント

- 抱っこする人の両腕を丸くして赤ちゃんがすっぽり入るように
- 赤ちゃんのおしりが腕と体の間に落ちて、背中が丸くカーブを描くように抱く
- 腕で赤ちゃんの首を支え、しっかりと包み込む

■気を付けること

- 赤ちゃんの首が後ろに反らないように
- 真上から見て赤ちゃんの両手は体の前にもってくる
- おしりが一番下になるように
- 股関節を開き、両ひざがくっつかないように

縦抱っこは控えめに

- 赤ちゃんの頭は重いので首と背中に大きな負担がかかります。
- 赤ちゃんの頭の重さを支えようとするため、背中の緊張が強くなり、反りやすくなります。また、背中の緊張が強くなると赤ちゃんの手が後ろに引けてしまい自由に動かしにくくなります。

よくない姿勢のイメージ