



AMU 上田市多文化共生推進協会の活動に参加しませんか

市内在住の外国籍市民は4,054名(令和5年6月1日現在)。そのうち半数以上の方が永住・定住しています。出身国別にみるとおよそ60カ国。それぞれが異なる文化的背景を持ち暮らしています。AMUは、幅広い分野における国際的な協力、支援、交流活動を推進し、多文化共生のまちづくりに努めています。



安藤健二さん

(AMU会長兼子どものにほんごアムアム日本語コーディネーター)

日本語教育を必要とする外国籍市民、特に子どもたちの学習権を守るため、AMUでは子どもの日本語学習のサポートを行っています。個別に時間を設けることもできます(主に土曜日)。気軽にお問い合わせください。



西川衣里子さん

(AMUコーディネーター)

多文化共生とは何か。外国籍市民だけでなく、日本人の中でも本来持っているお互いの価値、可能性を認め合う、いろいろな価値観を知ろうとする事が重要です。まずは第一歩として、アムプラザにお越しください。

AMUではさまざまな事業に取り組んでいます

日本語教室や防災講座など外国籍市民の方々への生活支援を目的としたものから、「多文化交流フェスタ」など活動発表の場の提供や地域住民との交流を目的としたものまで、内容は多岐にわたります。興味のある方は、ぜひご参加ください。

今後の予定

- 7月29日(土) 上田わっしょい「インターナショナル連」で参加
- 8月29日(火) AMUワールドキッチン
- 10月8日(日) うえだ多文化交流フェスタ2023
- 10月28日(土)～11月5日(日) 外国籍市民のアート展

一緒に活動に参加してくださる方を募集します!!

募集します!!

詳細はAMUホームページをご覧ください。



にほんごアムアム

おとなのクラス

レベルにあわせて日本語をおしえます。

- 月～土曜日(10:00～16:00)
- ※電話かメールで予約

こどものクラス

子どもたちに日本語をおしえます。

- 土曜日(10:00～16:00)
- ※電話かメールで予約

オープンクラス

参加者のみなさんと交流できます。

- 水曜日(16:00～17:00)、土曜日(13:00～14:00)
- ※予約はいりません。

大人・子どものにほんごアムアムで日本語を教える

ボランティアを募集!!

日本語指導に関する資格や経験がなくてもOK。外国籍市民の日本語習得支援をしたい方は電話かメールでご連絡ください。

利用者の声



カルキ・スジタさん (ネパール出身)

2022年来日した息子のラズビールが、昨年の9月から「にほんごアムアム」で勉強しています。日本語ができませんでしたが、今は上手になり漢字も算数もできています。いつも「にほんごアムアム」に行くのを楽しみにしています。

日本語を学びたい方、外国籍の方と交流をしたい方、にほんごアムアムでお待ちしています。



花村由美子さん (大人のにほんごアムアム日本語コーディネーター)

上田市多文化共生推進協会(AMU) 大手2-4-4 市役所分室2階「アムプラザ」 ☎25-2631(平日9:00～16:30、土曜日9:00～16:00) ✉ueda_tabunka@po15.ueda.ne.jp

(人権共生課)

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、通知はありません。各医療機関へお問い合わせください。

保健ごよみ

月1回は乳がんのセルフチェックを!

健康推進課 ☎28-7124

女性がかかるがんの1位は「乳がん」です。乳がんは自己検診(セルフチェック)と検診で早期に発見できます。自分で異変に気付けるように月1回の自己検診を習慣にしましょう。



● 定期の検診の機会を大切に!

市で受診できる女性対象のがん検診(対象年齢は4月～翌年3月までに迎える年齢)

検診	対象者*	実施時期	受診料
乳がん超音波検診	30～39歳の方	7月～8月	1,000円
乳がんマンモグラフィ検診	40歳以上で偶数年齢の方	10月～翌年2月	1,300円
子宮がん検診	20歳以上で偶数年齢の方	5月～翌年2月	1,200円

*「授乳中」「自覚症状あり」「乳房や子宮の病気で通院中」の方など、対象とならない場合があります。

各種検診の詳細は、市ホームページをご覧ください。



乳がんの自己検診方法の詳細は市ホームページをご覧ください。



「子どもが子どもでいられる社会」の実現を目指して

ヤングケアラーを支える⑥

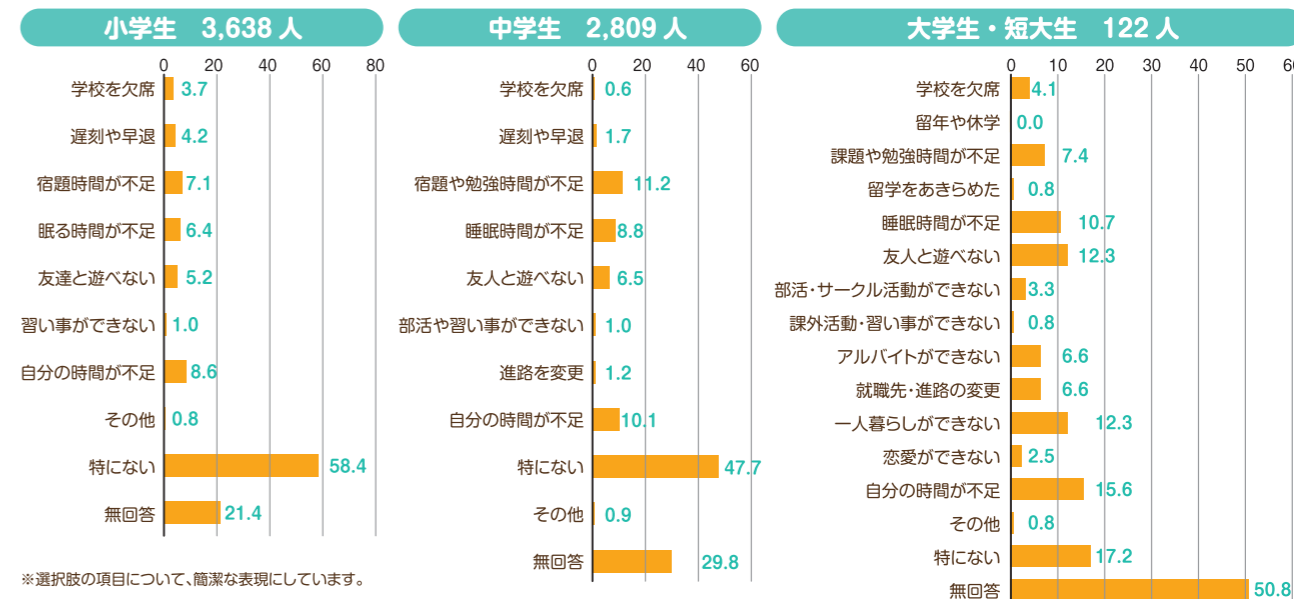
子育て・子育て支援課 ☎23-5106



令和4年9～10月にかけて長野県が実施した実態調査で「お世話をしている家族がいる」と回答した子ども・学生が感じている影響に「自分の時間が不足」「宿題(や勉強)時間が不足」「睡眠時間が不足」「友人と遊べない」が比較的多く挙げられました。

また「特にない」を選んだ子どもや学生でも、お世話をしていることで寝る時間が遅くなるのは当たり前で、実は睡眠時間が短いことに気付いていない…ということもあるかもしれません。

お世話をしていることによる家や学校での生活に対する影響 (複数回答、単位%)



※選択肢の項目について、簡潔な表現にしています。
● 出典:長野県ヤングケアラー実態調査 調査結果報告書