



第53回 上田わっしょい 参加連募集

上田わっしょいを一緒に盛り上げる「連」を募集しますので、多くの皆様のご応募をお待ちしています。

日時 7月27日(出) 16:00～
場所 中心市街地
募集連 踊り連、みこし連、太鼓連
申込



5月31日(金)までに、ながの電子申請サービス、または申込書を郵送・持参。詳細はホームページをご確認ください。



ホームページ

☎ 上田わっしょい実行委員会(観光シティプロモーション課内)
☎23・5408

上田市日本遺産関連事業 支援補助金

市の日本遺産の知名度向上や地域活性化を目的として日本遺産を活用する取組などを実施する法人や団体などに、その実施経費の一部を補助します。詳細はホームページをご覧ください。



ホームページ

対象事業

- ①地域活性化を期待できる取組
- ②県内外から上田市への観光誘客を期待することができる取組
- ③新商品の研究・開発など、意欲的で先進的な取組
- ④既存商品の付加価値を高めるために行う取組

補助率・上限額

- ①②補助率10/10、上限額10万円
- ③④補助率5/10、上限額20万円

申込 6月28日(金)まで。

☎ 上田市日本遺産推進協議会 (事務局:文化政策課) ☎75・2005

上田市路線バス・上田市街地循環バス時刻表

4月1日より市内バス路線の減便が実施され、上田市路線バス・上田市街地循環バス時刻表が改正されました。改正後の時刻表は各地域自治センター・公民館へ設置しているほか、市ホームページへも掲載しています。時刻表を郵送希望の方は☎へご連絡ください。



市ホームページ

☎ 交通政策課 ☎23・5011

危険なブロック塀などの除却に最大10万円補助します

ブロック塀などの倒壊による通行人の被害を未然に防止するための補助制度です。

対象

道路などに面した高さ80cmを超えるブロック塀などを全て撤去する場合

補助金額

避難路・避難地に面する場合
基準額の3分の2以内 (補助限度額10万円)
※上記以外は基準額の2分の1以内 (補助限度額5万円)
※補助金交付決定前に撤去などに着手した場合は、補助金は交付されません。

対象者 土地の所有者

申込 事前に電話で相談。

☎ 建築指導課 ☎23・5430

アクアプラザ上田 小川プールオープン

日時 7月6日(出)以降の 10:00～17:00
※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)



令和6年度から 森林環境税が新設されます

森林環境税とは森林の整備やその促進に関する施策の財源として新設された国税であり、市民税・県民税均等割に1,000円上乗せして徴収されます。令和6年度から復興特別税(1,000円)が廃止されるため年税額に変更はありません。

対象 その年の1月1日に上田市に住所がある方

課税されない方

- 生活保護法の規定による生活扶助を受けている方
- 障がい者、未成年者、寡婦、ひとり親の方(所得135万円以下)
- 市民税・県民税非課税の方

☎ 税務課 ☎23・5115

6月は児童手当・特例給付の支給月

令和6年2～5月分までの児童手当・特例給付を6月10日(月)に指定口座に振り込みます。通帳の記帳をご確認ください。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などは、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・子育て支援課 ☎23・5106
 丸子市民サービス課 ☎42・1118
 真田市民サービス課 ☎72・2203
 武石市民サービス課 ☎85・2068

ごみ減量化機器 購入費補助金受付中

生ごみの減量化機器の購入費を一部補助します。令和6年度から補助条件を変更していますので、購入前に必ず市ホームページを確認してください。令和5年度に購入済みで未申請の方も申請できます。予算に達し次第終了します。



市ホームページ

☎ ごみ減量企画室 ☎22・0666

不動産を取得した時の税金

不動産取得税は、不動産(土地・家屋)を取得したときに、取得した方に納めていただく税金(県税)です。

土地や家屋を購入した場合などは、所有権移転の登記月からおおむね半年後に、納税通知書が届きますので納税をお願いします(住宅・住宅用土地については、軽減制度が適用される場合があります)。住宅などを新築した場合は、その翌年8月頃に納税通知書をお送りします(特例控除によって免税点未満となり、納税通知書が送付されない場合もあります)。

住宅用土地の軽減措置を受けるためには申請が必要です。ながの電子申請サービスによるオンライン申請も可能です。



ながの電子申請

☎ 長野県東信県税事務所課税課 課税第二係 ☎0267・63・3138
✉ zei-toshin@pref.nagano.lg.jp (税務課)

軽自動車税・自動車税の納付は5月31日までに

- 軽自動車税(種別割)と自動車税(種別割)は毎年、車検証などに記載されている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。
- 軽自動車税(種別割)を口座振替で納付した方や、キャッシュレス納付で納期限までに納付した方には、6月中に納税証明書を郵送します。なお、自動車税(種別割)は、郵送しません。

☎ 税務課 ☎23・5169
収納管理課 ☎23・5117
東信県税事務所 上田事務所 ☎25・7117

木造住宅の無料耐震診断・補助

木造住宅の耐震診断を無料で受けられます。倒壊の危険性があると診断された場合は、耐震改修または解体工事への補助制度があります。

対象 昭和56年5月31日以前に着工した2階建て以下の木造住宅

補助金

木造住宅の耐震改修：最大100万円
解体工事：最大83万8千円
条件を満たす耐震工事：県から最大50万円

申込 事前に電話などで相談のうえ、申請書を提出。

☎ 建築指導課 ☎23・5430

6月は土砂災害防止月間

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。土砂災害から自分と家族の命を守るために、日頃の備えと早めの避難を心がけましょう。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、市ホームページや上田市防災ポータルサイトでも確認できます。気象情報や避難情報などは上田市メール配信サービスや上田市公式LINEなどで配信しますので、ぜひご登録ください。



市ホームページ



上田市防災ポータルサイト

☎ 危機管理防災課 ☎21・0123



よ～ちゃんの市長対話室 新規募集を一時休止します

土屋陽一市長が直接市民の皆さんと懇談を行う「よ～ちゃんの市長対話室」は、毎回多数の申込をいただいているため、順番待ちの状態となっています。つきましては、新規募集を一時休止します。募集再開の際は、広報うえだや市ホームページなどで改めてお知らせします。



市ホームページ

☎ 秘書課 ☎22・3435

お知らせ

都市計画素案の閲覧と公聴会

市ではごみ処理施設(有機リサイクル施設)の建設にあたり都市計画決定を予定しています。皆さまからご意見をお聴きするため、素案の閲覧と公聴会を開催します。

素案の内容

上田都市計画ごみ処理施設の決定 (上田市塩川)

閲覧期間・公述の申出

閲覧期間 6月7日(金)～28日(金)

場所 ☎、丸子地域建設課
その他 申出期間・方法は市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

公聴会

日時 6月30日(日) 18:00～

場所 丸子地域自治センター 講堂

その他 公述人がいない場合、公聴会は開催しません。

☎ 都市計画課 ☎23・5134

公有地を売却します

売却物件

(所在地/地目/面積/最低売却価格)

緑が丘一丁目90番103/宅地 /291.09㎡/11,270,000円

売却方法 一般競争入札により、最低売却価格以上の最も高い価格で入札された方に売却

申込期間/場所

5月17日(金)～6月27日(木)
/☎窓口(市役所本庁舎4階)

入札期間/場所

6月28日(金)～7月4日(木)
/☎窓口(持参または郵送(必着))

開札日時/場所

7月5日(金) 10:00(立会任意)
/市役所本庁舎3階 303会議室

その他

物件の情報、入札に関する説明書・入札申込書は、☎窓口・市ホームページにあります。



市ホームページ

☎ 財産活用課 ☎23・5114

場所の記載がないイベントは、☎の施設で実施します。対象、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。



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1日(出) 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2022年産以降のもの)

☎ 上田市社会福祉協議会 ☎27・2025 (福祉課)

空き家・住宅・相続の相談会

空き家・住宅・相続に関する悩みを専門家に相談しませんか？

日時 6月21日(金) 13:00~16:00
場所 市役所本庁舎 304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 5名
申込 5月20日(月)~6月12日(水)に電話で。
☎ 住宅政策課 ☎71・6722

催し

親子で夏野菜を育てよう

丸型鉢で有機野菜を育てましょう。育て方や有機野菜について上田地域消費者の会会員が詳しくお話しします。汚れてもよい服装でお越しください。

日時 6月1日(出) 10:00~11:30
場所 中央公民館 第1練習室
対象 小学生以上のお子さんと保護者
定員 先着10組
料金 1鉢1,000円
持ち物 園芸用スコップ、軍手またはゴム手袋、タオル、飲み物
申込 5月23日(休)~29日(水)に電話で。
☎ 上田地域消費者の会事務局(市民課内) ☎71・8051

上田市消防団ポンプ操法・ラッパ吹奏大会

ポンプ操法は、消火活動の基本となる操作を安全、確実、迅速に行うため、ラッパ吹奏は、規律と演奏力の向上を目指し、分団ごとに訓練を重ねています。日々の訓練の成果をぜひご覧ください。詳細は上田市消防団のホームページでお知らせします。

日時 6月9日(日) 7:00~
場所 丸子総合グラウンド、丸子総合体育館
☎ 消防総務課 ☎26・0119

令和6年度[全州市・地域枠]「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 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た、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(年間) 上限30万円、下限5万円

申込 事前に相談のうえ、6月11日(水)までに、所定の申込書(☎窓口、各地域自治センター、市ホームページ)を☎窓口へ提出。※郵送不可

選考方法 申込団体による事業説明(プレゼンテーション)
☎ 市民参加・協働推進課 ☎71・6732



市営住宅6月期入居者募集

募集団地 千曲町、内堀、中丸子、中丸子第2、上丸子、上長瀬、宮原、鳥屋、堀ノ内
※募集団地は変動する場合があります。詳細は、公社ホームページをご覧ください。
公社ホームページ

申込期間 6月3日(月)~7日(金)
入居者決定方法 6月17日(月)に、上田合同庁舎南棟2階会議室で公開抽選を行います。抽選後に申込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実施します。希望者は抽選会にご参加ください。

- その他**
- ひとり親世帯、高齢者世帯、障がい者世帯、若者夫婦世帯など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。
 - 同じ日程で県営住宅の入居者募集も行います。市営・県営住宅の両方に申し込みすることもできます。
- ☎** 長野県住宅供給公社 上田管理センター ☎29・7010
〒386-8555 材木町1-2-6 上田合同庁舎 南棟 (住宅政策課)

放課後テラス 発表者募集

上田駅水車前広場で、日頃の成果を発表しませんか。放課後テラス事業では、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 6月1日(出)~11月30日(出)
※希望日の1か月前までに申込
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~大学生(専修学校などを含む)までの個人または団体
☎ 文化政策課 ☎75・2005

第25回 大豆オーナー募集

西塩田地区営農活性化推進組合では、大豆畑のオーナーを募集しています。作るのはいおいしい在来種(こうじいらす)です。大豆作りなどの農作業体験と楽しい交流会に、ご家族でご参加ください。

日程・内容

作業・交流会	日程	内容
大豆種まき	6月中・下旬	組合スタッフがいきます
枝豆収穫	9月中・下旬	枝豆の収穫体験
リンゴ収穫	11月中・下旬	リンゴの収穫体験
大豆のお渡し会	11月下旬	農産物の直売もいきます

場所 前山(西塩田地区)
募集組数 35組(応募多数の場合は抽選)
年会費 1口5,000円(大豆5kg保証)
申込 5月31日(金)までに、ハガキに「大豆オーナー申し込み」と記入し、氏名・住所・郵便番号・電話番号・年会費口数を書いて郵送で(電話受付不可)。
☎ JA信州うえだ塩田地区事業部営農課 西塩田地区営農活性化推進組合 大豆オーナー事業担当(保坂) ☎38・3101 ☎38・9031
〒386-1325 中野87 (農業政策課)

上田市表彰審査委員会の委員を募集

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。
応募資格 市内在住の18歳以上の方(公募により審議会へ参画できるのは一人1審議会まで)

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
応募方法 6月14日(金)までに申込書(☎窓口または市ホームページ)を郵送または☎窓口へ。後日面接により決定。
☎ 秘書課 ☎22・3435 (行政政策課)

募集

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、団体登録が必要です。団体登録状況に一部空きがありますので、利用を希望す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。

登録方法 5月29日(水)以降、所定の登録用紙(☎窓口または市ホームページ)を提出。※登録は先着順です。
☎ 教育施設整備室 ☎23・6772
☎ gakkou-kaiho@city.ueda.nagano.jp

依田窪プール監視員・看護師募集

勤務期間 7月1日(月)~8月31日(出) 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・清掃など/18歳以上の健康な方(高校生不可)/時給1,017円

②看護師 若干名/けがの応急処置・受付/資格のある方/時給1,392円

申込 6月7日(金)までに顔写真付きの履歴書、看護師の方は看護師免許証(写し)を添付のうえ、☎へ持参。
※提出時に面接があります。

☎ 丸子総合体育館 ☎43・2250 (丸子地域教育事務所)

LINE 上田市公式LINE 生活お役立ち情報配信中!

友だち登録は、QRコードまたは検索から

- ①「友だち追加」
- ②「検索」
- ③「@uedacity」をID検索

☎ 広報課 ☎71・8080

場所の記載がないイベントは、固の施設で実施します。対象、定員、料金、申込の記載がないものは、「ご来場でも」「無料」「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。

上田市手話奉仕員 養成講座・レベルアップ講座

市は音声言語以外のコミュニケーション手段の1つとして、手話言語の普及を目指しています。あなたも手話を学んで、コミュニケーションの輪を広げてみませんか。詳細は市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

①養成講座(入門・基礎課程)

日常会話程度の手話と基礎知識を2年間学びます。

1年目は入門、2年目は基礎課程です。

対象 次の全てに該当する方(初めて学ぶ方優先)

- 市内在住・在勤・在学(中学生以下は不可)
- 2年間受講し、講座修了後に手話に関するボランティア活動ができる

定員 先着15名

料金 ●入門 9,050円(テキスト代、動画視聴料込み) ●基礎 3,000円



②レベルアップ講座

単語・表現の向上を図ります。

対象 次の全てに該当する方

- 養成講座を修了している
- 市内在住・在勤・在学(中学生以下は不可)
- レベルアップ講座修了後、さらに県手話通訳者養成講座の受講を目指す方

料金 5,000円(テキスト代込み)

①②共通事項

日程 7月6日～令和7年3月1日の隔週土曜日
10:00～15:00(午前または午後の場合もあり)

場所 上田市役所

仮申込 6月5日(木)までに電話で(住所をお聞きし、申込書を送付します)。

☎ 障がい者支援課 ☎23・5158

市の財務書類の公表

市では、資産や負債、費用をより正確に、包括的に把握するため、従来の現金主義による会計制度に企業会計的(発生主義)な手法を取り入れた「地方公会計制度」に基づく財務書類を作成しています。令和4年度決算分の財務書類を作成しましたのでお知らせします。詳細は市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

☎ 財政課 ☎23・5113

染屋浄水場見学会

毎年6月1日～7日は水道週間です。市では水道週間に合わせて、染屋浄水場見学会を開催します。

日時 6月1日(土)9:00～12:00

場所 染屋浄水場(古里2250)

内容 浄水場・水道資料館の案内(9:30～、10:30～の2回実施予定)、水の飲み比べ、微生物観察 ほか

☎ 経営管理課 ☎75・2276

講座・教室

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、体操を行います。動きやすい服装でお越しください。

日時 6月12日(木)13:30～15:30

場所 中央公民館3階 大会議室

内容 ミニ講座「脳に良い運動習慣のススメ」

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30名

持ち物 筆記用具、飲み物

申込 5月29日(木)以降、電話で。

☎ 高齢者介護課 ☎23・5140

健康マージャン教室

賭けない・飲まない・吸わないマージャンで脳を使って健康になりましょう!

日時 毎月第2・4水曜日 13:00～17:00

場所 真田中央公民館

料金 1回600円

申込 5月23日(木)以降、電話で。

☎ 網さなだスポーツクラブ

☎72・2657

(14:00～、火曜・祝日定休)

(真田地域教育事務所)

日本の紙芝居を楽しむ おはなし会

「紙芝居と絵本の会 ニョロニョロ」のみなさんによる、紙芝居のおはなし会です。おはなし会に参加して図書館を使ってみませんか。

日時 6月16日(日)13:30～14:30

場所 上田情報ライブラリー

セミナールーム

対象 外国籍親子のほか、どなたでも可

定員 先着30名

申込 5月23日(木)～6月10日(月)に電話またはメールで。

☎ 人権共生課 ☎75・2245

✉ jinkenkyosei@city.ueda.nagano.jp

上田市多文化共生推進協会(AMU)

☎25・2631

✉ ueda_tabunka@po15.ueda.ne.jp

長野県チャイルドライン 推進協議会講演会

「チャイルドライン」は18歳までの子どもの話を聴く活動をしています。県内5つのチャイルドライン合同の研修会を公開講演会として開催します。

日時 6月22日(土)13:00～15:00

場所 ひとまちげんき・健康プラザうえだ

演題 子どもの自死と「生きる力」

講師 小高康正氏(長野大学名誉教授)

対象 子どもの諸問題に関心のある方

定員 100名程度(当日参加可)

その他 受け手養成講座は、7月6日(土)～9月28日(土)の土曜日または日曜日の午後(上田市ふれあい福祉センター)で開催します。

☎ チャイルドラインうえだ事務局

(平日10:00～15:00)

☎090・3565・7086

(子育て・子育て支援課)

就職個別相談ミニジョブカフェ

就職や転職、働くことに関するさまざまな悩みに対して、専門アドバイザーが丁寧にアドバイスします。応募書類の添削や面接指導も行っています。

日時 6月13日(木)・25日(火)

7月11日(木)・23日(火)

各日13:30、14:30、15:30～(各50分)

場所 勤労者福祉センター

対象 学生～40代前半の就職を目指す方

申込 希望日の3日前(土日祝日除く)の17:00までに電話で。

☎ 地域雇用推進課 ☎26・6023

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。理学療法士とオンライン(Zoom)でストレッチをして体を動かしてみましよう。月齢に合わせた赤ちゃんのできる遊びも紹介します。

日時 5月31日(金)【育児姿勢・動作編】

6月28日(金)【骨盤ケア編】

7月26日(金)【腰痛編】

8月30日(金)【肩痛・肩こり編】

各回14:30～15:30

講師 丸子中央病院 理学療法士

対象 産後のお母さん(赤ちゃんも参加可)

定員 各回先着6名

申込 ホームページから。申込後、

閲覧用URLをメールで返信

します。

☎ 丸子中央病院 経営企画課

☎42・1136



ホームページ

(健康推進課)

シャトー・メルシャン フェスティバル開催!

椀子・勝沼・桔梗ヶ原の3ワイナリーが集結! ゲストとしてマンズワインやヴィラデストワイナリーなど千曲川ワインバレーを代表するワイナリーが出店します!

日時 5月25日(土)・26日(日)

両日11:00～15:30

場所 椀子ワイナリー(長瀬146-2)

その他 時間・内容は変更になる場合があります。

☎ シャトー・メルシャン

椀子ワイナリー ☎75・8790

(丸子産業観光課)



椀子ヴィンヤード 除葉作業体験

世界に誇るぶどう畑でワイン文化に触れてみませんか?

日時

6月20日(木)・21日(金)・27日(木)・28日(金)、

7月5日(金)・6日(土) 各日8:30～12:00

場所 椀子ヴィンヤード(長瀬146-2)

定員 各日50名

(WEB申込30名、電話申込20名)

持ち物 農作業のできる服装、帽子、長靴、軍手、タオル、飲み物

申込

6月3日(月)9:00以降、


市ホームページ内の申込

フォームまたは電話で。

☎ 陣場台地研究委員会事務局

(丸子産業観光課内) ☎42・1037

場所の記載がないイベントは、別の施設で実施します。対象、定員、料金、申込の記載がないものは、「誰でも」「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。

熊沢峠登山(上級者向け)

武石小寺尾から熊沢峠を登り、霊泉寺温泉を目指します。

日時 6月1日(出) 8:30~14:00(集合 8:00)

集合場所 武石地域総合センター 駐車場

対象 小学校高学年以上

定員 先着20名

持ち物 登山のできる服装・靴、雨具、軽食、飲み物

申込 5月24日(金) 9:00以降、電話で。

☎ 住みよい武石をつくる会

☎85・2511

(武石地域振興課)



あたま・からだ元気体操

「信濃の国上田健幸体操」「ラジオ体操」を含む運動や脳トレなど健康づくりに役立つメニューを行います。

日時 6月1日~10月26日の毎週土曜日 各日 6:30~7:00(8月10日除く) ※雨天中止(中止連絡は行いません)

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 市内在住の方

☎ 健康推進課 ☎28・7123

ときめきウォーキング「丸子地域寺社巡り」

飯沼神社、龍顔寺、愛宕神社を巡る約4.5kmのコースです。

日時 6月26日(休)

9:30~11:30(受付 9:15~)

※小雨決行。荒天時は「飯沼コミュニティセンター」で約1時間の軽運動。

集合場所 飯沼公民館 駐車場

対象 市内在住の方

定員 先着15名

持ち物 飲み物、帽子、室内用運動靴(荒天時)

申込 6月3日(月)~25日(火)に電話で。

☎ 凧クラブUSC ☎26・5320

(平日 10:00~16:00)

(健康推進課)

魅力再発見ウォーキングで体力づくり

初夏の頃、楽しくウォーキングでいい汗かきましょう!!

日時 6月19日(水) 9:00~12:00

(受付 8:40~) ※雨天中止

コース

県営上田野球場(集合)~弓崎神社~小泉大日堂~第一学校給食センター~県営上田野球場 ※浦野川沿いを歩くコースです(約7km)。

料金 500円(保険込み)

持ち物 飲み物

申込 当日までに電話で。

☎ 上田市スポーツ協会事務局(小林)

☎27・9400

☎090・6954・4070(当日確認用)

(スポーツ推進課)

健康・スポーツ

武石史跡めぐりウォーキング

武石上本入地域で、「練馬少年自然の家」付近の史跡をめぐります(約6km)。

日時 6月22日(出)

9:00~12:00(受付 8:45~)

※小雨決行・荒天時延期

集合場所 築地原トレーニングセンター

対象 市内在住の方

定員 先着20名

持ち物 飲み物、タオル、帽子、雨具など

申込 6月3日(月)~14日(金)に電話で。

☎ 武石スポーツ協会 ☎85・2280

(健康推進課)

ノルディックウォーキングで歩く 武石公園

ノルディックウォーキングの講習後、ツツジで有名な武石公園、武石八景の日吉神社から子檀嶺神社へ向かいます(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16日(日)

8:45~11:00(受付 8:30~)

※小雨決行・荒天時中止

集合場所 武石ともしび博物館 駐車場

対象 市内在住の方

定員 先着20名

持ち物 飲み物、帽子、雨具、ポール(無料貸出あり)

申込 5月27日(月)~6月7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

☎24・1812(当日のみ)

(健康推進課)

3級FP技能士 資格取得支援講座

日時 6月7日・14日・21日、7月5日・12日・19日、8月2日・23日、9月6日・13日の金曜日(全10回) 各日 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20名

料金 3,000円

(初回徴収。別途テキスト代、検定料)

持ち物 「わかる! FP3級速攻テキスト 2024~2025年版(日本経済新聞出版)」、電卓、筆記用具 ※テキストは初回までに各自用意

申込 5月23日(休)以降、電話で。

託児 先着6名

(1歳~未就学児のお子さん)

☎ 人権共生課 ☎27・2988

「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)を付与する講習です。

日時 7月11日(休)・12日(金)

両日 9:30~16:30

※乙種は11日のみ

場所 丸子文化会館

定員 先着50名

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

申込

6月10日(月) 9:00~、☎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

あたたかい心

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

◇有限会社ウスザワ様 現金100,000円/上田市の子育て支援のため

◇ハナサカ軍手プロジェクト様

ちび軍手1,161双/市内各小学校の新1年生へ

◇松本清仙様 蛙の学校、蛙の一週間一組、アクリル福太郎

/川辺保育園、川辺小学校へ

◇株式会社真田自動車学校様 防犯カメラ一式/傍陽小学校へ

◇千曲建設工業株式会社様 防犯カメラ一式/南小学校へ

◇東急株式会社様

現金5,000,000円/上田市の地域公共交通確保維持改善事業のため

◇山崎浩一様

山崎文庫104冊、コンピューターミシン5台、プリンタートナー2本、セーフティー

ヒートセット1セット、充電式レシプロソー1台、視力検査器1台、ヤマハビッコロ

1本/丸子中学校へ

◇柳沢泉様 書籍14冊/清明小学校、北小学校、第三中学校へ

◇タレントスクエア株式会社様

現金100,000円/シェアサイクル活用推進事業のため

●ふるさと寄附金 454件 8,083,100円

求職中の若者のための パソコン講座

就職を望む若者を対象とした実務に役立つ講習です。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12日(水)・13日(木)・14日(金)・17日(月)・18日(火)(全5回) 各日 10:00~12:00

対象 15~49歳の求職されている方

定員 先着6名

料金 682円(テキスト代)

申込 講座説明会の前日までに電話で。

その他 6月11日(火) 10:00からの講座説明会への参加必須。

☎ 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)

出前ときめきのまち講座

地域の学習支援や市政に関する情報提供の機会として皆さんのもとに職員が出向き、テーマに関する説明や意見交換を行います。

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名の団体・グループ(50名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 希望講座を選び、開催希望日の2週間以上前(講座により1か月以上前)に☎窓口、担当課または公民館へ申込書を提出。

その他

詳細は受付後に担当者と調整してください。詳細は市ホームページをご確認ください。



市ホームページ

☎ 生涯学習・文化財課 ☎23・6370

場所の記載がないイベントは、☎の施設で実施します。対象、定員、料金、申込の記載がないものは、「しななでも」【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。

子どもと親子の運動教室

- ①ポッポ体操教室
②親子運動あそび教室
③キッズ身体機能向上教室

上田市スポーツ教室

- ①ナイターテニス(後期)
②ゆっくり充実入門ヨガ・ウォーキング(夏期)
③筋トレ・脳トレスクエアステップ(夏期)

第24回 長野県障がい者スポーツ大会

県内各地で9月に開催される「長野県障がい者スポーツ大会」に参加しませんか。

第73回 市民総合体育大会

日時 6月23日(日) 8:00~
場所 自然運動公園総合体育館
対象 ①中学生以上の9人制女子の部
②6人制小学生の部

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。

誰でも体組成測定会

体組成測定計で、部位別の筋肉量と脂肪量、基礎代謝量、脚部筋肉量点数を測定して健康づくりに役立てましょう。

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が個別指導します(雨天決行)。

スキルアップ硬式テニス教室

日時 6月20日~8月29日の木曜日(全10回) 19:30~21:00
場所 真田運動公園テニスコート
対象 テニス初級者
料金 7,200円(10回分)

中高生レベルアップ硬式テニス教室

全中・インターハイに向けて、さらに技術を磨きませんか。
日時 6月22日~8月24日の土曜日(全10回) 19:30~21:30

ココカラ・ストレッチ

硬くなった体をストレッチでほぐしませんか。
日時 6月7日(金)、7月19日(金) 各日 10:00~11:00

介護予防体操

いつまでも健康でいきいきと生活するために、日頃から身体を動かし、健康寿命を延ばしましょう。

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。

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

行チャンネル 上田市行政チャンネルで各種情報を発信中!

上田市行政チャンネルでは、ケーブルテレビ・YouTubeを活用し、行政情報や地域情報をわかりやすくお伝えしています。

- 放送チャンネル
上田ケーブルビジョン 地上放送111チャンネル
丸子テレビ放送 地上放送122チャンネルまたはCA103チャンネル





マルチメディア情報センター

☎39-1000(水曜日休館) ✉info@umic.jp

Adobe Illustrator 講座(6日間コース)

Illustratorの基本から応用までを学びます。初めての方歓迎。

【日時】6月29日、7月6日・13日・20日・27日、8月3日の土曜日 各日 9:30~12:30

【対象】パソコンの基本操作ができる方。興味がある方。

【定員】10名(申込多数の場合は抽選)

【料金】8,920円(テキスト代込み)

【持ち物】データを持ち帰りたい場合はUSBメモリ

【申込】6月22日(火)までに電話で。



(作品例)

Excel 関数超入門2日間コース

これからExcel関数を学ぶ方のための講座です。数式の基本や簡単な関数をわかりやすく学びます(Microsoft365)。

【日時】6月20日・27日の木曜日 両日 13:30~16:00 【講師】小林美枝子氏

【対象】Excelの基本操作ができる方 【定員】16名(申込多数の場合は抽選)

【料金】2,500円 【持ち物】USBメモリ 【申込】6月11日(火)までに電話で。

Word 初心者2日間コース

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)。

【日時】6月25日、7月2日の火曜日 両日 9:30~12:00

【対象】文字入力ができる方

【定員】16名(申込多数の場合は抽選)

【料金】3,820円(テキスト代込み)

【申込】6月18日(火)までに電話で。

その他のイベント情報はホームページをご覧ください



丸子図書館

☎42-2414(月曜日休館)

読書講座「紫式部日記」

世界最古の女性文学『源氏物語』を生んだ紫式部。紫式部が宮中での様子を書いた日記を楽しく学んでみませんか。

【日時】7月11日(木)~1月9日(木)の原則第2木曜日(全7回) 各日 13:30~15:00

【講師】両角文秋氏(元丸子修学館高等学校校長)

【定員】先着20名

【料金】700円(別途テキスト代)

【申込】6月1日(日)以降、電話または窓口で。

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

※3月26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)。

【ゆずります】チャイルドシート(2~4歳用)

／ベビーカー／芝生用バリカン(充電器

付き)／ホットカーペット(6畳)／鏡台

(2台)／学習机(木製、いす付き)／豆炭

こたつ(85cm×90cm)／灯油ホームタンク

(220ℓ)／ネコ用ケージ(69cm×54.5cm

×169cm)／五月人形

【ゆずってください】ラジオカセットデッキ

／洗濯機／カーペット(8畳)／グランド

ピアノ／フルート



市ホームページ

上田市公文書館

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

所蔵資料展開催中

第16回所蔵資料展「明治12年の『東内村誌』、大正8年の市制施行関係文書などー明治から昭和の公文書にみる上田市の歴史ー」を開催中です。

【期間】6月16日(日)まで

【説明会日時／定員】

5月19日(日) 10:00、11:00、

13:00、14:00から／各回5名

【料金】無料

(丸子郷土博物館の展示観覧は100円)

【申込】電話またはメールで。

上田情報ライブラリー

☎29-0210(火曜日休館)

「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12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！ー本当の自分を大切にするー

【講師】中澤武氏(哲学者) 【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】5月23日(木)以降、電話または窓口で。

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、グループで話し合いながら学びます。

※今年度から講義はありません。

【日時】6月9日(日)以降の毎月第2日曜日(8月を除く) (全6回) 各日 10:00~12:00

【場所】上田駅前ビル・パレオ 2階会議室

【内容】第1回目は「ぼくは川のように話す」(偕成社) ジョーダン・スコット/文、シドニー・スミス/絵

【定員】先着20名 【料金】3,000円(初回徴収)

【申込】5月20日(月)以降、電話または窓口で。 【主催】上田図書館倶楽部



世界文学としての源氏物語

上田情報ライブラリーと上田図書館倶楽部の20周年記念朗読会です。

【日時】6月15日、8月17日、10月19日の土曜日(全3回)

各日 13:30~15:00 ※初回は翻訳者を迎えてお話しがあります。

【場所】上田駅前ビル・パレオ 2階会議室

【朗読】青木裕子(一般社団法人軽井沢朗読館館長)

【作品】アーサー・ウェイリー版 穂矢まりえ・森山恵姉妹 翻訳「源氏物語」より

【定員】先着60名

【料金】各回1,000円、全3回2,000円 ※高校生以下無料(要予約)

【申込】5月20日(月)以降、電話または窓口で。

はじめてのZoom

【日時／場所】

1回目 6月7日(金) 13:30~15:00/セミナールーム

※施設のパソコンを使用

2回目 6月14日(金) 13:30~14:30/自宅など(オンライン受講)

【講師】竹内久美子氏(上田図書館倶楽部会員)

【対象】個人のパソコンがあり、自宅などでネット接続ができる方

【定員】先着10名 【料金】200円 【持ち物】USBメモリ

【申込】5月24日(金)以降、電話または窓口で。



可燃ごみの排出量が減りました!

令和5年度の上田市の燃やせるごみの量は、32,198トンでした。前年度に比べて1,730トンの燃やせるごみを減量することができました!皆さまのごみの分別・減量に心から感謝申し上げます。

内訳 上田クリーンセンター 27,313トン(1,464トン減) 丸子クリーンセンター 4,885トン(266トン減)

☎ 廃棄物対策課 (上田クリーンセンター) ☎22-0666

施設イベント

上田図書館

☎22-0880(月曜日休館) ✉toshokan@city.ueda.nagano.jp

特別整理のため上田図書館・創造館分室を一時休館

休館中は図書や資料の整理、蔵書の点検を行います。なお、他のエコー管内図書館(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)は定例休館日を除き開館します。休館中の本の返却は、返却ポストまたは他のエコー管内図書館へお願いします。

【休館期間】

上田図書館: 6月6日(木)~13日(木)

創造館分室: 6月11日(火)~13日(木)

場所の記載がないイベントは、別の施設で実施します。対象、定員、料金、申込の記載がないものは、「ごなたでも」「無料」「申込不要」です。

相談名	実施日	時間	場所	申込	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)	14日(金)・28日(金)	13:00～16:00		事前に電話で	市民課 ☎71・8051
行政相談	11日(火)			不要	
土地境界問題・不動産鑑定・建築相談／登記法律相談	13日(木)			不要	
行政相談／登記・法律相談	19日(水)	9:00～12:00	丸子地域自治センター	事前に電話で	丸子生活環境担当 ☎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 長野地方方法務局上田支局 ☎23・2001
	毎週月・水・金曜日	9:00～16:00	長野地方方法務局上田支局		人権共生課 ☎23・5393
	1日(土)	10:00～16:00	勤労者福祉センター		
女性の悩みごと相談	1日(土)				
人権擁護委員による人権悩みごと相談	4日(火)	9:00～12:00	真田地域自治センター		真田市民サービス課 ☎72・0154
	3日(月)		武石地域総合センター		武石市民サービス課 ☎85・2827
女性弁護士による法律相談	27日(木)	10:00～12:00	市民プラザ・ゆう	事前に電話で 2日前までに電話で	市民プラザ・ゆう ☎27・2988 (人権共生課)
女性相談員によるなんでも相談	毎週火曜日	11:00～18:00			市民プラザ・ゆう ☎27・3123 (人権共生課)
	毎週木曜日 8日(土)・22日(土)	10:00～17:00			
認知機能検査	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
若年性認知症・認知症相談	毎週月～金曜日	8:30～17:15	市役所(本庁舎)	事前に電話で	健康推進課 ☎23・8244
ひきこもり相談・こころの相談	相談のうえ決定		ひとまちげんき・健康プラザうえだ		
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				事前に電話で	教育相談所 ☎27・0241
発達相談				8:30～17:15	発達相談センター ☎24・7801
わが子の就職等相談会	毎週月曜日		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	地域雇用推進課 ☎26・6023
求職・労働相談	毎週木・金曜日	9:00～17:00	勤労者福祉センター	事前に電話で	まいさぼ上田(生活就労支援センター) ☎71・5552 (福祉課)
生活・就労相談	毎週月～金曜日	9:00～17:00	ふれあい福祉センター	不要	人権共生課 ☎75・2245
外国人住民のための総合相談	毎週月～金曜日	9:00～17:00	市役所(本庁舎) 1階	不要	
中小企業・小規模事業者の経営相談	4日(火)・18日(火)	9:00～17:00	上田合同庁舎	1週間前までにホームページまたは電話で	長野県よろず支援拠点 ☎026・227・5875 (商工課)
	12日(水)	10:00～16:00	市役所(本庁舎)		

※相談内容によっては、時間や申込などに条件がある場合がありますので、連絡先にお問い合わせください。



消費生活センターだより 投資や副業といった「もうけ話」にご注意を！

SNSをきっかけとした投資や副業に関するトラブルの相談が全国の消費生活センターに多く寄せられており、中には、著名人や有名人のなりすましと考えられる悪質な事例も見られます。また、金融商品取引業などの登録を受けていない海外事業者によるFX(外国為替証拠金)取引や暗号資産に関する投資勧誘、若年者に対して消費者金融から借入れをさせる副業勧誘といった詐欺的な事案も増加しています。



トラブル事例

- SNSで知り合った人から投資グループに誘われ、海外FX取引を行ったが、出金を申し出たところ税金の支払いを要求された。
- 副業の高額サポートを勧誘され、お金がないと断ると遠隔操作アプリを通して消費者金融から借金をさせられた。

消費者へのアドバイス

- 「簡単」「確実」「高利回り」、そんなうまい「もうけ話」は絶対ありません！まずは疑ってみることが大切です。
- 金融商品取引業や暗号資産交換業の無登録業者との取引は絶対に行わない。必ず、登録の有無を金融庁ホームページで確認しましょう。

不安に思ったり、トラブルになった場合には、一人で悩まず、上田市消費生活センター(☎75・2535)や消費者ホットライン(☎188)にご相談ください。



信州国際音楽村

☎42・3436(月曜日休館)

信州ルネッサンス2024

野外フェスティバル

開村37周年を記念した音楽祭恒例「市民が主役！地域が主役！」の野外フェスティバルです。270度に広がるパノラマを舞台に、近隣地域で活躍するさまざまな文化団体やグループが登場します。
【日時】6月15日(日) 10:00～



コンサートシリーズ

音楽・芸術舞台の第一線で活躍するアーティストを招いて、地域の皆さんと交流するコンサートです。



① 野外フェスティバル

スペシャルコンサート #プラスシンデレラ

【日時】6月15日(日) 19:00～ 【出演】小山弦太郎(指揮、サクソフォン)、金子三勇士(ピアノ)、ホワイトライオン(トランペット)、信州ルネッサンス2024 #プラスシンデレラ

② 金子三勇士ピアノリサイタル

【日時】6月16日(月) 14:00～
【出演】金子三勇士(ピアニスト)、フレイ・バラージュ(ゲスト)
【料金】前売り一般3,000円(当日3,500円)、小・中学生500円



③ 野外オペラガラコンサート

【日時】6月22日(日) 17:00～
【出演】盛田麻央(ソプラノ)、前島真奈美(メゾソプラノ)、岡本泰寛(テノール)、谷友博(バリトン)、瀧田亮子(ピアノ)
【料金】前売り一般3,000円(当日3,500円)、小・中学生500円



④ はじめてのジャズ講座&ワークショップ

【日時】6月29日(日) 13:30～16:00
【講師】奥村晶 ほか 【セッション参加費】1,000円(要予約)

⑤ 奥村晶クインテットジャズライブ&ワークショップ

【日時】6月30日(月) 14:00～
【出演】奥村晶(トランペット)、三木俊雄(テナーサクソ)、中村健吾(ベース)、佐久間優子(ピアノ)、高橋徹(ドラムス)
【料金】前売り一般3,000円(当日3,500円)、小・中学生500円 ※ワンドリンク付き



各イベントの詳細は信州国際音楽村ホームページをご覧ください。



6月のおはなし会

場所／休館日	日 時	読み手／内容	問
上田図書館 ／月曜日休館	特別整理期間のためお休み		☎22・0880
創造館分室(上田創造館3階) ／月曜日休館	6月22日(日) 10:30～10:50／未就園児 11:00～11:20／園児・児童	おはなしざしきわらしの会 ／おはなし・わらべうた	☎27・1758
上田情報ライブラリー ／火曜日休館	6月2日(日) 11:00～11:30 ／幼児～小学校低学年	表現を楽しむ会 ／大型絵本や紙芝居などの読み聞かせ	☎29・0210
丸子図書館 ／月曜日休館	6月15日(日) 10:30～	エプロンママ ／大型絵本の読み聞かせなど	☎42・2414
真田図書館 ／月曜日休館	6月15日(日) 10:30～	民話の会／読み聞かせ	☎72・8080

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