

- 花岡市政2期目スタート・・・・・・・・・・2～3
- 低炭素都市とうみを目指した取り組み・・・・・・・・4～5
- 東御市男女共同参画推進基本計画を策定しました・・6～9



ただいま消火活動中！

ー第9回子どもフェスティバル
消防士体験コーナー
〔22ページに関連記事〕



花岡市政 2期目スタート!

「小さくとも キラリと光る」東御市へ

4月23日、4月15日執行の東御市長選挙で無投票当選した花岡利夫市長の初登庁歓迎セレモニーが市役所前駐車場で行われ、各行政機関の長や市職員の間を大きな拍手の中、迎えられました。

その後、勤労者会館において就任式が行われ、後援会支持者の皆さん、市関係者など約60名が集まり、その中で就任あいさつがありました。

「1期目の笑顔を忘れずに、対話を忘れずに、なおかつ、さらに難しい時代へ突入していくという認識を増しながら、一生懸命頑張っていきます」と2期目にあたり、決意を述べました。

市長あいさつ



合併10年の節目の年を迎える東御市3代目の市長を就任させていただきました。

未来がより美しく夢と可能性が持てる地域であること、人材が育つ地域であること、その為に我慢すべきは我慢すること、目標を持ち準備し一歩一歩苦しくても歩み続けチャンスをつかむこと、地域づくりは経営であると言われるゆえんであります。子育てに優しい、お年寄りが元気な「小さくともキラリと光る」東御市をみんなで創っていきましょう。

副市長に田丸基廣さんを選任

教育委員長に下村征子さん、教育長に牛山廣司さん

5月15日、第1回臨時会が開かれました（詳細は15ページをご覧ください）。この臨時会で花岡市長は任期満了による五十嵐政孝前副市長の後任に田丸基廣さんを、合わせて、教育委員2名、監査委員1名、公平委員1名、固定資産評価員1名の人事案を提出し、議会の同意を求めた結果、全会一致で同意されました。また選挙管理委員会委員と同補充員の選挙も行われました。

19日に、市教育委員会臨時会が開かれ、教育委員長に下村征子さん、同職務代理者に関恵さん、教育長に牛山廣司さん、22日には市選挙管理委員会が開かれ、選挙管理委員長に池田昭雄さん、同職務代理者に土屋征七郎さんを選出しました。

（敬称略）

■副市長
■固定資産評価員



たまる もとひろ
田丸 基廣
（山崎）



公平委員
たかとう としゆき
高藤 俊幸
（県）



監査委員
たけうち はるひこ
竹内 春彦
（海善寺）



教育委員
こばやし つねあき
小林 経明
（常田）



教育長
うしやま ひろし
牛山 廣司
（片羽）



教育委員長
しもむら せいこ
下村 征子
（大川）



委員
おおつか ふみと
大塚 文人
（下八重原西部）



委員
おおつか きこ
大塚紀代子
（乙女平）



同職務代理者
つちや せいしろう
土屋征七郎
（城ノ前）



選挙管理委員長
いけだ あきお
池田 昭雄
（東上田）

■選挙管理委員会補充員
柳沢 廣幸（東町）
佐藤 文男（赤岩）
塚田 利治（大川）
馬場 清子（本海野）

した取り組み すグリーンカーテン テン』の取り組みから～



▶種まきから2週間後の新芽



■今夏に向けた準備
今年も、市では、ゴーヤやあさが
おのカーテンを予定しています。
昨年とれた種子をまき、順調に芽
吹き、植え付けの時を待っています。

間もなく梅雨に入り、そして、暑い夏がやってきます。夏は、
エアコンの使用をはじめ、電気使用量が年間を通じたピークを迎
えます。
昨年の夏は、東日本大震災の影響や県内においても中部電力浜
岡原子力発電所の完全停止などを受け、市民一人ひとりが節電に
ついて考え、様々な取り組みを行われたことと思います。
市では、ゴーヤやアサガオなどを植え、グリーンカーテンを設
置いたしました。そして、そこから種子をとり、本年度に備えて
きました。

■省エネ・リサイクル への配慮

昨年は、省エネルギーやリサイク
ルにこだわりのグリーンカーテンを設
置しました。

ゴーヤは根を広く深く
張りますので、大きなプ
ランターが必要です。そ
こで、クリーンセンター
に持ち込まれたプラス
チック製の『衣装ケース』
を再利用しました。肥料
には学校や保育園の給食
から出た生ゴミを再利用
した『生ゴミ堆肥』を使
い、水やりには節水のた
め雨水を貯めた結果、水
道水の使用はほとんどありません
でした。

グリーンカーテンの設置は、庭先
やベランダと様々なケースが考えら
れます。設置にあたり、省エネ・リ
サイクルの工夫を考えるのも楽しみ
のひとつではないでしょうか。



▲水やりには雨水を利用

▶クリーンセンターに持ち込まれた
衣装ケース



“低炭素都市とうみ”を目指 今夏の節電と心を癒 ～市役所『ゴーヤ・カーテン』

■ゴーヤ・カーテンが もたらす節電効果

5月下旬に植え付けた苗は、気温の上昇とともにグングンと成長し、梅雨が明けて本格的な夏の到来とともに高さ5メートル位に成長し、降り注ぐ強い日差しを遮ってくれます。しかし、葉の間からはやわらかな陽光が差し込み、業務を行う職員からは、「心が和む」「日々の成長が楽しみ」と好評でした。



▲昨年のゴーヤカーテン

また、植物を使ったグリーンカーテンには、もう一つの効果が期待できます。植物は、根から水分を吸い上げるために葉の裏などから水分を蒸発させています（この現象を『蒸散』といいます）。この時の気化熱により周囲の空気が冷めるため、『よしず』や『すだれ』などの単に直射日光を遮るためのもの以上に建物内への節電効果は大きくなります。

★マイナス2℃の効果！

昨年、実際に温度測定をしてみると、単なる日陰の壁面とゴーヤ・カーテンがかかった壁面の表面温度は、正午を過ぎた外気温のピークを迎えた時間帯でマイナス2℃の温度差がありました。

エアコンなど冷房設備の設定温度を上げることに加えて、グリーンカーテンを設置することで真夏の節電対策をより万全なものにすることができそうです。



▲温度測定の様子

★ゴーヤのメリット

昨年のグリーンカーテンには、主にゴーヤを使用しました。実際に育ててみた感想、メリットは次の通りです。

- ①丈夫であること
- ②成長が速く、カーテンとして機能する高さまで十分に育成する
- ③害虫などがほとんど付かず、水やり以外の手間がかからない
- ④蒸散効果が大きいと言われている
- ⑤前の年にとれた種子で十分に発芽する



▲実から取り出したばかりの種子

家庭や職場の周りに緑があること、日々成長する植物を観察することはとても心が癒されます。さらに、ゴーヤならば収穫した実をいただくこともできます。環境やお財布にやさしいグリーンカーテンをみなさんも始めませんか。

●問い合わせ先

市民課生活環境係

☎ 64-5896



東御市男女共同参画推進

基本計画を策定しました 一人ひとりが輝いて暮らせるまちをめざして

市では男女共同参画に関する施策を総合的・計画的に推進していくために東御市男女共同参画推進基本計画を策定しました。

男女共同参画の推進については、平成18年に東御市男女共同参画プランを策定し、男女共同参画推進団体とともに男女共同参画社会づくりの取り組みを進めてきました。市民の男女共同参画意識は着実に高まってきたものの、性別で役割を決めてしまう慣習が残っていたり、行政や自治会などの方針決定の場への女性の参画が不十分であることなどから、平成21年には東御市男女共同参画推進条例を制定し、市と市民、地域団体、事業者、教育関係者が一体となり男女共同参画社会の実現を目指すことにしました。

そして、平成24年3月に条例に定める基本計画として東御市男女共同

参画推進基本計画を策定し、さらに男女共同参画社会づくりを進め、一人ひとりが輝いて暮らせるまちづくりをめざすこととしました。

基本計画を着実に推進し、男女共同参画社会を実現していくためには、市と市民が連携・協力して取り組み、家庭や地域・職場など社会のあらゆる場で男女共同参画を進めていく必要があります。皆様のご理解とご協力をお願いします。

◆基本計画の目的

男女共同参画社会の実現のために市が取り組むべき課題及び目標を明らかにし、施策を総合化・体系化し、市民、地域団体、事業者、教育関係者の協力を得ながら、より効果的に男女共同参画を推進することを目的に基本計画を策定しました。

◆基本計画の期間

平成24年度から平成33年度までの10年間を計画期間とし、5年後に見直しを行います。

◆基本計画の基本目標

この基本計画では、東御市男女共同参画推進条例の8つの基本理念に基づき、8つの基本目標を定めています。さらに基本目標ごとに具体的目標と施策の方向を定め、男女共同参画の推進を図ります。

基本目標、具体的目標、施策の方向は次頁のとおりです。

東御市男女共同参画推進基本計画の体系

基本目標	具体的目標	施策の方向
1 両性の尊重と性差別の根絶	(1) 両性の尊重と男女の性に関する教育の推進 (2) 男女間のあらゆる暴力の根絶	①互いの人格を尊重し合う社会実現の啓発 ②性差別に関する相談体制の充実 ①暴力根絶に向けた啓発活動の推進 ②家庭内暴力についての相談窓口の充実 ③暴力を受けた被害者に対する支援
2 男女共同参画を促進するための制度の見直しと改善	(1) 男女共同参画の視点に立った社会制度、慣行の見直し (2) 雇用における機会均等と就労条件の整備 (3) 農業・商工業等自営業における男女共同参画の確立	①共同参画意識の啓発 ②家庭・地域・職場における社会制度や慣習の見直し ③広報・出版物等における男女共同参画の視点に立った表現の促進 ①男女の雇用機会均等に関する啓発 ②働きやすい環境の整備 ③労働に関する相談の充実及び就業に関する情報の提供 ①やりがいのある就業環境の整備 ②女性従業員の経営方針決定の場への参画促進
3 学習会等の充実	(1) 共同参画を推進するための教育・学習の促進 (2) 支援団体等との連携と協調	①男女共同参画学習会の充実 ②幼稚園・保育園・学校における教育の推進 ③リーダーの養成と活動の支援 ①活動団体の育成及び支援 ②地域の女性団体の実態把握とネットワーク化の促進 ③自主的な活動への支援
4 家庭における理解と協力	(1) 男女が互いを理解し協力する家庭の実現 (2) 男女が共に関わる家事・育児・介護の促進	①家庭における古い男女の役割分担意識の是正 ①男女が共に築く家庭生活の充実 ②家族が共に関わる、家事・育児・介護の大切さの見直し
5 女性の社会参画の促進	(1) 政策・方針等の立案及び決定への女性の参画の拡大 (2) 地域の社会活動への女性の参画の促進	①審議会等への女性の参画・登用の促進 ②職場における女性の管理職への積極的登用 ③女性の人材育成と女性リーダーの養成 ①自治会等における女性参画の促進 ②活動団体の育成及び支援
6 家庭生活と社会活動等が両立するための支援	(1) 仕事と育児・介護の両立のための社会的支援 (2) 地域社会との連携	①保育サービスの充実 ②子育て支援サービスの充実 ③介護サービスの充実 ①地域の多様性に基いたネットワークの構築 ②男女が共に関わる地域づくりの促進
7 母性の保護と男女の健康の維持	(1) 母性の尊重と保護 (2) 生涯を通じた男女の健康支援	①母性尊重の意識の啓発 ②妊娠、出産、育児の安心 ③性感染症への取り組み ①ライフステージに応じた健康支援 ②相談体制の充実
8 国際社会の動向の理解と協調	(1) 国際的視野に立った事業の取り組み	①諸外国の事業把握とその活用 ②国際交流の推進と協調

◆基本計画の推進

東御市男女共同参画推進基本計画を着実に推進するためには、市の関係部局が互いに連携し、総合的に取り組む必要があります。また、男女共同参画社会の実現には、市民の理解と協力が欠かせません。そこで、市と市民が連携・協力して取り組むように推進体制を整備します。

◆推進体制

(1) 行政における推進体制の整備

男女共同参画に関する庁内推進体制として、「東御市男女共同参画行政推進会議」を充実させます。行政推進会議では各課で取り組むべき施策を確認し、施策の実施状況、成果と課題を検証します。行政推進会議を核として関係各課が連携し総合的、効果的に基本計画を推進します。

(2) 男女共同参画審議会

東御市男女共同参画推進条例に基づき設置する「東御市男女共同参画審議会」では基本計画の策定や変更・進捗状況の評価など男女共同参画の推進に関する重要事項について調査審議し、必要に応じ施策・事業などについて市長に提言を行います。

(3) 市民等との連携による推進体制の充実

男女共同参画社会の実現のため主体的活動を行っている「東御市男女共同参画推進会議」、「東御市女性団体連絡協議会」など市民団体を支援し、連携しながら男女共同参画を推進します。

また、市民、地域団体、事業者、教育関係者と市が連携し男女共同参画を推進します。

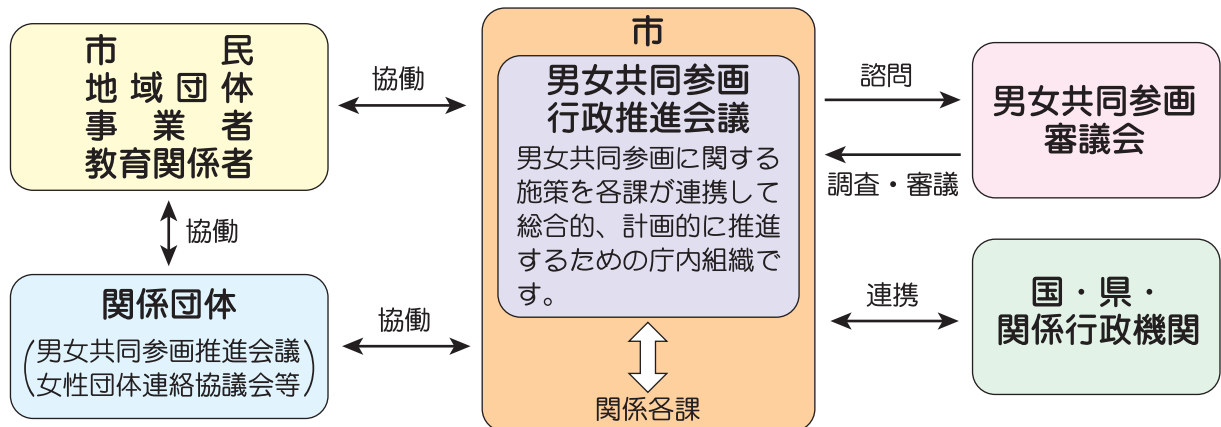
(4) 国、県、関係機関との連携

国、県、関係機関と情報交換し連携を図りながら男女共同参画を推進します。

◆基本計画の進行管理

(1) この基本計画を実効性のあるものとするため、毎年度、基本計画の実施状況を把握し、成果と課題を明らかにし、次年度の計画推進に活用します。また、これを東御市男女共同参画審議会に報告するとともに、公表します。

(2) 男女共同参画に関する実態調査を実施し、結果を基本計画推進に反映します。



男女共同参画社会とは

国では、男女共同参画社会とは、「男女が社会の対等な構成員として、自らの意思によって社会のあらゆる分野における活動に参画する機会が確保され、もって男女が均等に政治的、経済的、社会的及び文化的利益を享受することができ、かつ、共に責任を担うべき社会」としています。また、「男性も女性も、意欲に応じて、あらゆる分野で活躍できる社会」として男女共同参画社会のイメージを次のように示しています。

職場に活気

■女性の政策・方針決定過程への参画が進み、多様な人材が活躍することによって、経済活動の創造性が増し、生産性が向上

■働き方の多様化が進み、男女がともに働きやすい職場環境が確保されることによって、個人が能力を最大限に発揮

基本計画の評価指標

次の評価指標により基本計画の推進状況を把握し、施策に反映します。

基本目標	評価指標	内 容	現 状	目標値 (H28)
1	性差別の根絶	女性に対する差別・偏見があると思う人の割合	49.0% (H21人権と暮らしについての意識調査)	25%
	暴力の根絶	D V※1被害を受けた人の割合	15.2% (H21男女共同参画に関する市民意識調査)	0%
2	社会制度や慣習の見直しの推進	生活を営む上で男女の社会的立場は平等だと感じる人の割合	12.5% (H21男女共同参画に関する市民意識調査)	25%
3	男女共同参画意識の啓発	東御市男女共同参画推進条例があることを知っている人の割合		80%
	男女共同参画意識の啓発	男女共同参画の学習会等へ参加したことのある人の割合		25%
4	性別による固定的な役割分担の意識度	「男は仕事、女は家庭」という意識を持つ人の割合	38.7% (H21男女共同参画に関する市民意識調査)	25%
	家庭生活における理解と協力の促進	家庭内の大事なことはよく話し合っている人の割合	52.8% (H21男女共同参画に関する市民意識調査)	75%
	ワーク・ライフ・バランス※2の認知度	ワーク・ライフ・バランスを知っている人の割合	45.7% (H21県民意識調査)	60%
5	審議会等への女性の参画の促進	市の審議会等の委員に占める女性委員の割合	27.8% (H23)	40%
	地域役員への女性の参画促進	区三役、協議委員、公民館長の女性の割合	11.3% (H23)	20%
6	家庭生活と社会活動等の両立支援	子育て支援、介護サービス施策の認知度		80%
7	健康支援の推進	特定健診受診率 (東御市健康づくり計画「健康とうみ21」より)	36.7% (H21)	65%以上 (H27)
8	国際社会の動向の理解の促進	男女共同参画に関する諸外国の動向や国際比較に関心のある人の割合		30%

※1 DV（ドメスティック・バイオレンス）：配偶者等に身体的又は精神的な苦痛を与える暴力的行為のこと。

※2 ワーク・ライフ・バランス（仕事と生活の調和）：「仕事」と家庭生活や地域活動などの「仕事以外の活動」が、自ら希望するバランスで展開でき、多様な働き方や生き方が選択できるようにすること。個人の生活の充実とともに、企業の生産性向上さらには社会・経済の活性化に寄与するといわれる。

● 問い合わせ先
生涯学習課 青少年男女共生係
☎ 6415906

ひとりひとりの豊かな人生
仕事、家庭、地域生活など、多様な活動を自らの希望に沿った形で展開でき、男女がともに夢や希望を実現



■ 男女がともに主体的に地域活動やボランティア等に参画することによって、**地域コミュニティが強化**
■ 地域の活性化、暮らし改善、子どもたちが伸びやかに育つ環境が実現

地域力の向上

■ 家族を構成する個人がお互いに尊重し合い協力し合うことによって、**家族のパートナーシップの強化**
■ 仕事と家庭の両立支援環境が整い、**男性の家庭への参画**も進むことによって、男女がともに子育てや教育に参加

家庭生活の充実

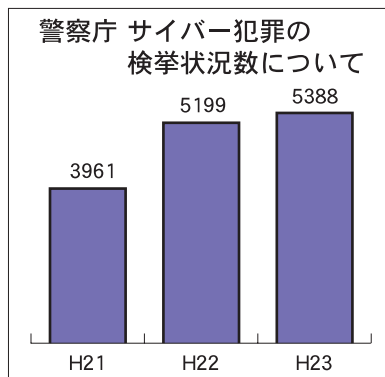
悪影響から 子どもを守る取り組み

インターネット！

～サイバー犯罪から身を守れ～

新学期になり、進級・進学を機に、お子さんの携帯電話やスマートフォンを買われたご家庭も多いと思われます。はじめて使う携帯電話、スマートフォン、パソコンなどでトラブルや被害に遭う事案も発生しています。安全対策は大丈夫ですか？インターネットを介したトラブルや犯罪の被害に遭わないよう、自分の身を守る対策をしっかりと講じましょう。

ネットワーク利用犯罪の増加



これは警察庁発表の「ネットワーク利用犯罪」の検挙数のグラフです。



「ネットワーク利用犯罪」とは

- ・ ネットオークションに、実際には所有していない人気アイドルのコンサートのチケットを出品し、落札者からお金を騙し取った
- ・ ネットの掲示板にモデル募集と書き込み、連絡してきた少女を騙し、裸体の写真を撮影し児童ポルノを作成した
- ・ テレビで放映された番組を録画し、ネットで不特定多数の者に配信した
- ・ ネット上の掲示板に「〇〇駅を爆破する」と犯罪予告をした

など、犯罪の実行にあたり、インターネットを利用した犯罪のことを指します。

携帯電話、スマートフォン、パソコンなどインターネット機器の普及により、検挙数は右肩上がりに増加しています。

現実社会とネット社会

これまでの犯罪は、目に見える場所で起きていました。場所は何処なのか、相手は子どもなのか、大人なのか、実像や痕跡がありました。しかし、インターネットの普及した現代、犯罪はもうひとつの社会「ネット社会」で起きるようになりました。

目に見えないから…と言っても、実際にお金をだまし取られたり、傷つけられることもあり、被害は実害です。インターネットを利用して起きる犯罪被害は仮想ではなく、現実の被害なのです。

サイバー犯罪には次のような特徴があります。

◆サイバー犯罪の特徴

- ・ 匿名性が高い
- ・ 相手と顔を合わせることがない。
- ・ 証拠が残りにくい
- ・ 指紋、筆跡など物的証拠が残りにくい。
- ・ 時間的・地理的な制限がない

何時でも、何処でも、ネットに繋がることで、被害は瞬時に広範囲にわたる。

このようなサイバー犯罪の特徴を知らないインターネットの初心者や、対策を講じない不用意な使い方が、自らを危険に近づけることになります。携帯電話やスマートフォンを購入し、夢中で使い始めた子ども、パソコンでネットサーフィンに興じる子どもたちは、犯罪者の格好のターゲットです。最近も東信地域で、子どもの※「ワンクリック詐欺被害」や、※「なりすまし被害」が発生しています。

では、自分の身の安全を守るためには、どのような対策を講じれば良いのでしょうか。

※ワンクリック詐欺被害…アダルトサイトなどの動画を見ようとクリックしたら、いきなり「会員登録されました。支払いは24時間以内〇万円です」と請求される被害。

※なりすまし被害…自分のアドレスなどが勝手に他人に使われたりする被害。

地域で育てよう おらほの子ども ケータイ・インターネットの

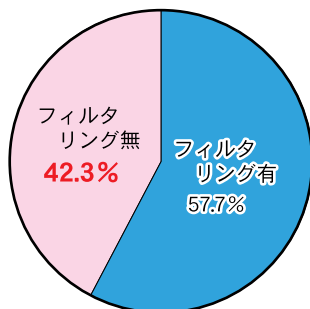
ちよつと待って



インターネットの安全対策

その1 フィルタリング

まずは危険なサイトに近づかないことです。有害サイト等を閲覧できないようにブロックするフィルタリングを付けましょう。



これは東御市の平成23年度の携帯電話・インターネットの実態調査の「フィルタリング加入率」の結果です。携帯電話を持つている中学二年生の4割がフィルタリングに加入していません。

フィルタリングに加入していない理由としては

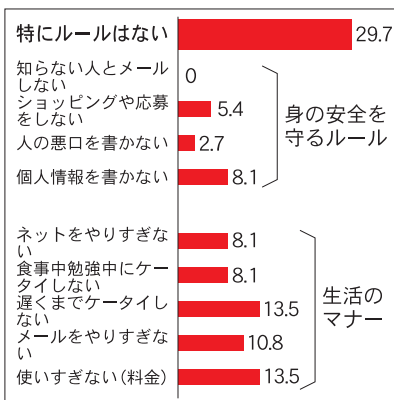
- 1位 70% よく分からないから
- 2位 20% 見れないサイトがあると嫌だから
- 3位 10% 友達も入っていないから

となっており、安全対策としてフィルタリングが必要なことを十分理解していない状況が伺えます。

保護者の皆さん、お子さんが使う携帯電話、スマートフォン、パソコンには必ずフィルタリングをつけましょう。

その2 家庭のルール

フィルタリングは、完璧ではありません。フィルタリングをしても有害サイトに繋がることがあります。どんなに甘い誘いや巧妙な誘いがあっても、騙されない、誘惑に負けないためには、家族の見守り、家庭でのルールづくりが大切です。



左上の表は東御市の平成23年度の携帯電話・インターネットの実態調査の「家庭でのルール」の結果です。

携帯電話を持つている中学二年生の3割が家庭のルールを設けていません。

ルールがあっても、料金や時間のルールが多く、身の安全を守るためのルールを設けている家庭は少ないです。

保護者の皆さん、身の安全を守るためのルールを家庭で作りましょう。

その3 ネットリテラシー

ネット社会は自己責任の社会です。

フィルタリングをつけていても、家庭のルールがあっても、最終的に判断して行動するのは自分自身です。

ネット上の情報を批判的に読み解き活用する力、「ネットリテラシー」を身に付けることが将来にわたり大切なことです。

市では、子どもたちがネットリテラシーを身に付けるために、小学1年生から中学3年生まで、ネットリテラシー授業を取り入れ、危険回避法、トラブル対処法などの学習をすすめています。

●問い合わせ先 生涯学習課青少年男女共生係 ☎64-5906

研修会のお知らせ

「ウイルスって何？架空請求の対処法は？大人も学ぼう ネットリテラシー」

市内小中学校で学んでいるネットリテラシー授業の内容をセーフティネットアドバイザーが寸劇やクイズを交えて紹介します。

保護者の皆さんをはじめ、祖父母の皆さん、地域の皆さん、お誘い合わせの上、お出かけください。

◆日時 6月7日(木)
19:30~20:45

◆場所 中央公民館講堂

◆主催 青少年育成市民会議、ネットリテラシー教育推進協議会、セーフティネットアドバイザー協議会

とうみ食育 市民ネットワークだより



市の食育推進計画『とうみ食育の里』策定から4年目を迎え、食に関心のある市民の集まるボランティア団体「とうみ食育市民ネットワーク」の活動も広がりつつあります。昨年度、ネットワークの活動方針を話し合う中で、改めて“食育”という言葉のとらえ方の広さや難しさなど、会員でもある公益財団法人身体教育医学研究所の久堀周治郎所長から学ぶ機会がありました。そこで私たちの学びの中で得られた内容を、久堀所長の監修のもと、事務局で再構成したものをお伝えします。

食育って何だろう？



食育という言葉は、いつから使われ始めたのですか？



明治時代に「嗚呼何ぞ学童を有する都会魚塩地の居民は殊に家訓を厳にして躰育智育才育は即ち食育なりと観念せざるや（石塚左玄）」（学童を養育する人々はその家訓を厳しくして、体育、智育、才育はすなわち食育にあると考えるべきであるとの大意）と記されたのが最初で、特にナトリウム過剰が心身の健康を害するため、学童期は、カリウムのバランスが多い食事によって身体・学習能力を育むことを訴えました。その後、「体育、徳育の根元も食育にある（村井玄齊）」という言葉も残されています。



“食育”は最近で来た言葉ではなかったのですか？



その後、しばらく使われなかったようですが、昭和の終わりには、厚生省より「食育時代の食を考える」が出版されたり、「食育基本法」が平成17年に成立という流れの中で、今では、食育という言葉が当たり前に使われるようになってきました。
東御市でも、食育計画「とうみ食育の里プラン ～とうみの食で育む 元気な心とからだ、豊かな人間性～」が作られて、その冒頭で市長が「食育は、地域づくりの根幹であり、『とうみ食育の里プラン』を推進することにより元気な地域をつくり、東御市に暮らす住民一人ひとりが幸せな生涯をすごすことを願います。」と述べています。



“食育”とは、食に携わる、ある一部の人たちだけが関係するものだと誤解していました！



生きている全ての人が「食べる」ので、“食育”も「全ての市民」に関係しますね。むしろ、食に興味や関心がない人の方が、普段の食べ方に注意しなければならないことが多いはずなので、食育がより深く関係すると思います。もう少し具体的に言うと、特に近頃、食に関する課題が増加していることをふまえて、①生涯にわたるライフステージ（人間の一生における幼年期・児童期・青年期・壮年期・老年期などのそれぞれの段階）に応じた間断ない食育の推進、②生活習慣病の予防および改善につながる食育の推進、③家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進、という3つの重点課題が、国が進める食育推進基本計画でもはっきりと示されました。



いずれも、ふだんの暮らしに関係することですね。一人ひとりはどんなことに気をつければいいのでしょうか？



2007年にある雑誌で紹介されていた M・ネスルによる「健康になるメニュー」の基本的な食べ方の原則とは、「食べ過ぎず、よく体を動かし、果物や野菜や全粒穀類を食べ、スナック菓子や清涼飲料水などのジャンクフードを控える」ことと述べられていましたが、まさにその通りで、特別なことではないごく当たり前のことです。そして、もう少し広い視野でみた場合に、一方で飽食で悩んでいる地域があれば、他方で飢餓で悩んでいる地域があり、とても矛盾しています。本来、食事とは生きるために食物を摂ることで、自然界ではまず食探しの行動（動いて、餌を採る）があって、その後に食べるのが当たり前で、食べ過ぎたから動くというのは実に不思議なことです。



本来の自然の原理に照らして考えると、現代社会の食の問題は、何かヘンな気がしてきました。



食べ物は、恵まれた自然環境に育まれて、生産、収穫、加工、流通、調理などを経て、料理という完成品になって人の口に入る（食べる）という流れがあります。その過程にも、食べ物の選別やエネルギー消費のムダといった様々な問題がありますが、食べた後にも、過食、残飯、ゴミ、下水などの問題が生じて、また自然環境に返ってきますね。本当は、食べること＝生きることの全てが互いに支え合いながら成り立っていて、自然のサイクルの中で捉えなければならないのに、どうも人間の欲（エゴ）が前面に出過ぎると、いろんなことがアンバランスになってしまうような気がします。人間はもっと自然に学ばなければならないし、食育は“食”だけの問題ではなく、「自然に育まれながら食事をしている（自然の循環の中にいる）」という観点で考えた方がいいですね。

小学校で
食育授業の
ようす



すこしずつ広げたい
食育ネットワークの輪

こんにちは 栄養士です！
生活習慣病予防を中心とした食育をがんばります



▲大石智花子、堀川千尋、鷹野薫子（写真左から）

●問い合わせ先 健康保健課 健康増進係 ☎64-8883



すくすく育つとうみっ子!!

誕生日おめでとう! (6月生まれ)



い で か
井出 ほの香ちゃん(田之尻)
(1歳、H23. 6. 6生)
いつも笑顔いっぱいほのちゃん♥お誕生日おめでとう! これからも笑顔をたやさずに優しい女の子に育ってね。



みやさか ゆい の
宮坂 惟希ちゃん(睦)
(1歳、H23. 6. 7生)
ゆいちゃん1歳おめでとう♥♥ゆいちゃんのニコニコ笑顔がだいすきだよ☆元気にすくすく大きくなあれ♪



なかざわ ま ひろ
中澤 瞬弘くん(常田)
(1歳、H23. 6. 11生)
♥まひろ1歳のお誕生日おめでとう♥ニコニコ「イイお顔」のまひろがみんなの宝物だよ♥元気に大きくなあれ♥♥♥



しのはら そうすけ
篠原 蒼介くん(西宮)
(1歳、H23. 6. 16生)
★そう★1歳のお誕生日おめでとう!! 愛想バツグンでいつもみんなの人気者だね♪これからも元気にすくすく大きくなつてね♥



くらしま ゆうせい
倉島 悠誠くん(常田)
(1歳、H23. 6. 26生)
悠誠♥1歳おめでとう!! 何でも興味を持って元気に遊ぶ悠誠が大好きだよ♥みんなを和ませてくれてありがとう♥



さか た しゅう
坂田 秀くん(加沢)
(2歳、H22. 6. 5生)
しゅうくん2歳のお誕生日おめでとう♥4月に弟のはるくんが産まれて、もうお兄ちゃんになったね! これからは2人で仲良く遊んでね♪



そう ま み ひろ
相馬 碧太くん(常田)
(2歳、H22. 6. 19生)
サッカーボールで遊ぶのが大好きな碧太♥お兄ちゃん達とサッカーできる日が楽しみだね。碧太のペースで大きくなあれ。



たけ い たい が
武井 大河くん(切久保)
(2歳、H22. 6. 25生)
働く車が大好きなたーくん2歳のお誕生日おめでとう♥お兄ちゃん、お姉ちゃんを追いかけ、これからも元気いっぱい大きくなってね♥



くらすわ ひ な た
倉沢 陽向ちゃん(乙女平)
(2歳、H22. 6. 27生)
♥ひなちゃん、お誕生日おめでとう♥歌や踊り、おしゃべり大好き♪みんなを笑顔にしてくれるムードメーカー!! これからもパパやママ、みんなに見守られていっぱい、いっぱい大きくなあれ♥

☆募集します!!☆

(対象者 7月生まれの3歳まで)

写真(うらに氏名を記入)・住所・お住まいの区・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・TEL・コメント50字程度を添えて企画課広報担当までお送りください。記載漏れのあるものは掲載いたしかねます。なお紙面の都合上適宜編集いたしますのでご了承ください。締め切りは、6月11日(月)必着。



▲贈呈式の様子

和の歴史が詰まった「ふるさと和」が完成

和地区活性化研究委員会(田中喜美夫会長)により、かねてから編集を行っていた冊子「ふるさと和」が完成しました。「ふるさと和」は、和地区に昔から根付いている伝統行事や風習、文化などを子どもたちに伝承したいとの想いで作られ、和地区の皆さんに無料で配布されました。

4月24日に行われた総会後には、授業で活用するため和小学校と、図書館などの資料のため市に、「ふるさと和」が贈呈されました。前会長の神津敬次さん(東上田)は「子どもたちに読んでもらってこれからの地域づくりに使ってもらいたい」と話していました。

市議会第1回臨時会

副市長や教育委員会委員などの
人事案件6議案を同意

5月15日、市議会第1回臨時会が北御牧庁舎の議場で開かれました。

今臨時会には、副市長や教育委員会委員、監査委員などの人事に関する議案のほか、各種補正予算の専決処分及び各種条例改正の専決処分の議案など合わせて11議案が上程されました。

細部にわたり質疑が行われ

た結果、市が提出した議案はすべて原案どおり承認又は同意されました。

また、4月に行われた市議補選で当選した議員について、山崎康一議員が社会福祉常任委員、平林千秋議員が総務文教常任委員にそれぞれ選任されました。

なお、今臨時会の詳細につきましては、8月発行の市議

市長招集あいさつ（抜粋）

さて、このたび、先般の市長選挙におきまして、市民の皆様をはじめ、各方面の方々からのご推薦と力強いご支援をいただき、引き

をいただいたものと思っております。

4年前に初めて申し上げた「愛するふるさと東御市のために、今、何をなすべきか」という「愛郷」と「献身」の想いを再び心に銘じ、2期目の4年間も初心を忘れることなく、引き続き市民の先頭に立ち、共に汗をかき、声なき声に耳を傾け、市民目線を旨とした市政運営に粉砕砕身全力を傾注してまいる所存でございます。

この度の再選は、1期4年間で、職員と一丸となつて取組んでまいりました「小さくともキラリと光る東御市」づくりの諸施策に対し、一定の評価とご支持

当市にとりまして、重要な

会だよりに掲載されますので
ご覧ください。



▲招集あいさつのようす

●問い合わせ先
議会事務局 67-13582

つ喫緊の課題が山積しておりますときに、その任に当たりますことは、身に余る光栄でありますとともに、初登庁以来の公務を通じて改めてその責任の重大さを痛感致し、市民各位の熱い期待にお応えすべく、決意を新たにしているところでございます。

どうか市民の皆様並びに議員各位におかれましては、今後の市政運営におきまして、絶大なるご支援・ご鞭撻を賜りますよう心からお願い申し上げます。

おいしい ヘルシークッキング®

小梅の砂糖漬け

梅は保存食に用いられ、昔から「梅はその日の難逃れ」と言われています。塩漬け、砂糖漬けともに食べすぎに気をつけて頂きましょう。

●材料

小梅	1 kg
塩	150g
砂糖	800g
酢	梅が隠れる量
赤シソ	好みの量

●作り方

- ①梅を洗い一晚水に漬け、あくをぬく。水を切って塩をいれ軽い重石をして二昼夜置く。
- ②①を割って種とヘタを取る。（包丁で半分切り目をつけるときれいに割りやすい）
- ③②の梅を2時間ほど水に浸して塩を抜く。（シワがきれいになくなる）
- ④水を切ってヒタヒタの酢に1～3日位つけておく。
- ⑤酢からあげる。（酢は取っておく）
- ⑥塩もみしてあくをとった赤シソの葉、梅、砂糖を交互にビン詰する。
- ⑦砂糖が溶けても梅に汁がかぶらない時は、⑤で取っておいた酢

を梅がかくれるまで足し、冷暗所に置く。1ヵ月ほどで食べられます。



5～6粒で砂糖10g含まれます。生活習慣病予防のために、1日のおやつは砂糖10g相当分が適量です。甘い梅はおやつと思って食べましょう。

●問い合わせ先 東御市食生活改善推進協議会事務局(健康保健課健康増進係) ☎64-8883

元気発信！子育て施設 田中児童クラブの話題



ピッカピカのかわいい一年生を迎え、新年度がスタートしました。進級した二、三年生は去年の三年生が教えてくれた事、お手本になつてくれた事、一緒にやった事等が子どもたちの間で受け継がれ、日々の生活の中で言葉かけや行動になつて自然に表れています。その様子を見ている子どもたち自身が子どもたち同士でいろんな事を経験しながら、お互いに成長し合っている事を感

じます。



▲上田市民の森で行われたバスハイキング



▲お別れ会で記念撮影

護者の方々も、そうした子どもたちの関わりや思いやりのある心に触れ、一緒に行うドッジボールやゲームを通して一年一年確実に心身共に成長している事を実感されています。

これからも同学年や上級生、下級生との間で新しい発見や遊びの広がり、発展にお互いに知恵や力を出し合つて、やさしい心をそのままに明るく元気に育つて欲しいと願っています。

学校だより



祢津東町歌舞伎に 出演したこと

祢津小学校五年

柳橋 萌

祢津地区では、伝統芸能の歌舞伎が昔から行われていました。そこで、私たちの学校でも、興味のある人が集まつて

最近の学校生活

北御牧中学校一年

太田 有香

入学してから一カ月が経ちました。中学校生活をとて楽しく過ごしています。

委員会活動は、当番活動は忘れずにできています。

そして私は、初めて知った

ことがありました。それは、お昼の放送でやっている、北中応援タイムと言うものです。北中応援タイムは、部活動で大会があるときや自分が応援してほしい時にお昼の放送でインタビューなどをします。

祢津小学校歌舞伎クラブが平成10年からできました。祢津小学校にしか歌舞伎クラブがないし、東御市でも有名なので、入りました。

4月29日に、日吉神社の境内で東町歌舞伎舞台が行われました。この日に向けて、クラブの時間や放課後に四、六年生が集まり練習したり道具を作ったりしました。私たちが演じたのは、「義経千本桜」です。私は女中（腰元）の役をやりました。先生に「役になりきろう」と言われたので、腰元らしくなるようがんば

りました。また、東町の舞台の周りは広いので、遠くにいるお客さんにもセリフが聞こえるように、ゆっくり、大きな声で言うとう何度も練習をしました。

本番では、練習したことがしっかりとできるように、教えてもらったことを思い出しながらがんばりました。役になりきってがんばれたのでよかったです。本番が終わって、お母さんに「上手にできたね。」と言われて、うれしかったです。これからもがんばりたいです。

たらしいと思います。

私はこれはとてもいい考えたと思います。それは、生徒のがんばっていることを、全校のみなさんに知ってもらういい機会だと思うからです。私はこれを、ずっと続けてほしいと思います。

ほかに、最近部活動が始まりました。最近本入部したばかりですが、一年生として、やることは先輩より早くやりたいです。また、私はバレー部なので、声出しや、体力をつけることからなので、がんばってやっていきたいと思っています。そしていつか、先輩みたいなプレーがたくさん出来

勉強面では、わからない所は先生や、友達に聞くなどして、二ガテを増やさないようにしたいと思っています。また、だんだんと内容が難しくなってくるので、予習・復習をしつかりとやり、授業についていけるようにしたいと思っています。

これらのこと、委員会・勉強・部活をがんばりながら、先輩を見ならい、充実した中学校3年間を送りたいと思っています。

▶東部クリーンセンターの煙突から出る水蒸気



東部クリーンセンターのシンボルマークともいえる50メートルの煙突。その煙突から出ているのは煙ではなく水蒸気です。バグフィルターや有害ガス除去装置でダイオキシンやばいじん等の有害物質を除去し水蒸気化させて排出しています。

東部クリーンセンターの煙突から出ているのは水蒸気です！



なるほど The ごみ (gomi) No.91

この水蒸気は、法令で定められているダイオキシン等の検査を定期的に行っており、検査結果は全て基準値をはるかに下回っています。

さて、バグフィルターを平成18年度に導入してから5年が経過することから本年度は1号、来年度は2号バグフィルターの「ろ布」の交換を計画しております。ろ布は時間の経過とともに性能が落ちてしまう消耗品です。5年を目安に交換するのは、長期間使用すると目詰まりなどで設備の故障にもつながり、また、ろ布が破損するところ過されずにダイオキシン等が排出されてしまうのを防ぐためです。

なお昨年度の2号炉の耐火物（れんが）の大規模補修に引き続き、本年度は1号炉の耐火物の大規模補修やその他必要な修繕と点検を予定しております。

上田地域広域連合で計画している

統合クリーンセンターの建設候補地については、新聞などで報道されているとおり地元と交渉中であり、東部クリーンセンターを大切に使うていかなければなりません。

何気なく可燃ごみの指定袋の中に入れてしまうごみでもそのごみの行先はクリーンセンターであり大量の重油が使われて燃やされて

いること、クリーンセンターの施設にも寿命があること、そのためにはごみの減量に取り組んでいく必要があることなどについて、ちよつと考えてみましょう。

ちよつとした 工夫ひとつで ごみ減量

ごみ減量は「3R（スリーアール）」

- ①ごみを出さない これがポイントです。
- ②繰り返し使う （リデュース＝発生抑制）
- ③再利用する （リユース＝再使用）

（リサイクル＝再生利用）

この3Rを実践することがごみの減量につながっていきます。3Rが実践できそうなものを生活の中から見つけてみましょう。



▲3Rの取り組み順番を示しています

●問い合わせ先

市民課クリーンリサイクル係

☎ 63-6814

環境保全監視員 委嘱式が行われ ました

4月16日、中央公民館で、東御市環境保全監視員の委嘱式が行われ、14名が委嘱されました。監視員の任期は、2年間で、市内の環境保全のため地域の監視活動を行います。委嘱式に引き続き、上小地方事務所環境課掛川さんを講師に迎え、不法投棄と法令について、研修会が行われ、監視員としての業務がスタートしました。



▲研修会のような様子



▲委嘱式のような様子

心の眼

(97)

人権同和教育指導員
柳沢富美子

自尊心感情を
育み合いませんか



この4月から前任の土屋文彦人権同和教育指導員の後、この「心の眼」を担当することになりました柳沢富美子です。よろしく願いいたします。

4月に、子どもたちに親まれた「ホタテマン」のキャラクターで一世を風靡し、また強面ながら味のある俳優として活躍された安岡力也さんが亡くなりました。離婚後長男の力斗さんの親権をとり一人で育ててきた父、安岡力也さんへ語りかけるような力斗さんのコメントに親子の深い愛を感じました。「本当に誰よりも世界一です。俺にとつて何よりスーパードヒーローだし、本当に世界一のお父さんでした。」生まれ変わってももう一回親子でいたい。親父は親父で、俺は親父の子どもだ。」と力メラを見据えて語っていた力斗さんの姿に心打たれました。力也さんが力斗

さんにいつも語っていた言葉も紹介されていました。「おまえは俺の天使だ、エンジェルだ。」そして、亡くなる直前には「おまえは俺にとつて最高の息子だった。」と。肝臓の病気を患っていた父親から「おまえの肝臓をくれよ。」と言われ、躊躇することなく力斗さんは、「いいよ。俺の肝臓全部だつていいよ。心臓だつてあげますよ。」と言いつつ父子関係に強い絆を感じました。この父子の間にも、他人には言えないような様々な困難やトラブルがいくつもあつたのだろつと思ひますが、お互いの自尊心感情を大事にしあい、自分にとつてかけがえのない存在だとお互いに伝え合つてきたことが、父子の絆の深さに繋がつていったのだし

殺傷事件が相次ぎ、家族関係がにわかにクローズアップされた時期がありました。この一連の事件もお互いの自尊心感情を育み合つていけば起きなかつたのではないかと考えられます。自分のことを大切に思えないならば、人のことを大切にしようという気持ちなど起こつてこないからです。自尊心感情とは、自分を否定するのではなく肯定的に認め、「自分らしさ」に自信を持ち、自分を価値あるものに思える感情のことです。この感情は自分一人だけでは育むことはできません。周りの方々の言葉がけや認め合いから生まれてくるものと思ひます。数年前に、「命は大切だ。命を大切に。そんなこと何千万回言われるより、『あなたが大切だ』誰かがそう言つてくれたら、それだけで生きていける。」という公共広告機構から出されたものがありました。家族や周りの方々に「あなたは私の宝物だよ。」「あなたは私にとって、大切な人だよ。」と口に出して伝えられたらいいですね。今日からでも。

『消費生活ガイド』 「架空請求」は、 とにかく無視!



〈事例〉

「以前契約した訪問販売及び寝具販売業者に対して未納料もしくは契約不履行があり当該会社が裁判所に訴訟を起こした」といった内容のなきが届いた。

全く身に覚えがないが「このまま連絡せずに放置すると裁判所に出廷することになり給料や財産が差し押さえられることもある」などと書いてある。

覚えがない場合は早急に連絡するよう赤字で書かれているが連絡するべきだろうか。

(80歳代 女性)

ちよつと待つて!

・はがきや封書、電子メールなどで、身に覚えがない請求を受けたという、いわゆる「架空請求」に関する相談が、いまだに寄せられています。

・「訴訟を起こした」「給料や財産を差し押さえる」など、

過去に利用した業者に未払いがあつたのかと勘違いさせる言葉を並べ、不安にさせる手口です。

・「早急に連絡してください」などと書かれていても、絶対に連絡してはいけません。連絡したところ「訴訟取り下げのために必要」などと様々な理由をつけられて数十万円を請求されたケースもありました。

請求された内容に不明な点があつたり、不安を感じたりした場合は、相手には連絡せずに、まず上田消費生活センターまたは市役所市民課生活環境係にご連絡ください。

●問い合わせ先

上田消費生活センター
27-8517
市民課 生活環境係
64-5896

保健補導員会だより

会長 寺 島 暁 美 (桜井)

平成24年4月16日、東御市保健補導員委嘱式・総会が行われました。

今年度、東御市保健補導員会の会長を務めることとなり、経験も知識も浅い自分には重責ですが、任務を理解し、前向きに取り組んでいくつもりです。まずは自らが健康に関心を持ち、各種研修に参加、学習し、実践することが大切でしょう。その得た知識を、家族や地域の人々に広め、地域の健康増進に努めることが任務であると思います。



▲平成23年度活動報告会のようす



▲花岡市長から委嘱書が手渡されました

長野県の健康水準が高い理由として、地域ごとの保健補導員による健康づくり運動が活発だということも掲げられています。地道な活動が良い結果を出しているのです。

特定健診、がん検診、各種健診を理解し、その大切さを身近な多くの人々に広めて健診の受診を促す活動をして、昨年度に増す、より高い受信率を目標にがんばります。

今年度は、よい機会を与えて頂いたことに感謝し、各地区の保健補導員と共に学習し活動して参ります。

●問い合わせ先

健康保健課 健康増進係
☎ 6418883

しんたいの「ちやひんやうな話」



身体教育医学研究所 指導主任 渡邊 真也

子どもの元気な育ちに欠かすことのできない「からだを動かす」ことの必要性①

コミュニケーションスキル
(対人関係能力)について

少子化や高度情報化、生活環境の変化や都市化など、近年の子どもを取り巻く社会環境は大きく変化しています。それに起因して、いわゆる仲間・時間・空間の「3間」の減少が指摘されています。この「3間」

の減少から、遊びや運動・スポーツを通して他者と関わる機会が減少しており、社会の中で生きていくうえで必要なコミュニケーションスキルが不足していると考えられています。現在、企業の採用基準の一つにコミュニケーションスキルが挙げられるほど、他者とのやり取りが苦手な青少年が増加しているそうです。

からだを動かす遊びや運動・スポーツは、他者とのふれあいや共同体験が多く含まれ、社会の中で生きていくうえで必要な知恵、いわゆる社会性を身につけるための機会にもなっています。仲間とからだを使っ

た遊びでは、友だちと一緒にからだを動かす楽しさを味わうことができ、友だちとの関係から自分の能力に気付いたり、友だちを思いやったりすることなどを学ぶ貴重な経験です。

また、ジェスチャー、視線、表情、雰囲気など言葉を用いないコミュニケーションを行う機会も多く含んでおり、幅広い豊かなコミュニケーションスキルの発達を促進させる可能性があります。

このように、幼少期に遊びや運動・スポーツなど、「からだを動かす」ことは「人間関係を円滑に進める社会性を育む」うえで、とても大きな役割を果たしていると言えます。

子どものコミュニケーションスキルの基礎は、親子でふれあうことから始まります。子どもが一番安心できるのは、お父さんお母さんの存在ですので、あまり難しく考えずに、まずは、ちょっとした時間を利用した「じゃれつき遊び」から始めてみましょう。

国民年金アドバイス

付加保険料を納付して 年金を増やしませんか

「付加保険料」とは

老後により多くの年金を受けたいと考えている方のために、付加年金制度があります。

これは、毎月の国民年金保険料（平成24年度は14,980円）に、付加保険料を上乗せして納付すると、付加年金が老齢基礎年金に上乗せして支給されるしくみです。

なお、付加保険料は、申し出の月から納付することができます。

納付する付加保険料の額

付加保険料の額は**1ヵ月400円**です。

付加保険料を納付できる方

国民年金の第1号被保険者または任意加入被保険者の方です。

ただし、国民年金保険料の免除または納付猶予を受けている方や国民年金基金に加入している方は、付加保険料を納めることはできません。

一方、農業者年金の加入者は、必ず付加保険料を納付することになっています。

受け取れる付加年金額は？

【別表】（例）10年間（120月）付加保険料を納付し、65歳から年金を受給する場合

納めた付加保険料額	400円×120月＝48,000円			
受け取れる付加年金額	200円×120※ ＝24,000円	200円×120※ ＝24,000円	200円×120※ ＝24,000円	〃
	65歳	66歳	67歳	68歳

※納付した月数

2年間、年金を受給すると納付した保険料と同額、3年目以降は納付した金額より受給額が多くなります。

なお、付加年金は老齢基礎年金の受給権を得た月の翌月から支給されます。老齢基礎年金を65歳より繰上げ受給または66歳より後に繰下げ受給する場合には、付加年金額も老齢基礎年金の減額率・増額率に応じて減額・増額されます。

付加保険料の納付について、詳しくは下記までお問い合わせください。

●問い合わせ先 小諸年金事務所 ☎0267-22-1080
市民課国保年金係 ☎62-1111(代表)

まるごと生活百科

6月の納税（納期限7月2日）

- 市県民税（普通徴収）（1期）
- 国民健康保険税（普通徴収）（1期）

こちら119（東御消防署）

※カッコは1月からの累計

＝4月の出動件数＝

火災 2件（5件） 救急 93件（414件）



住宅用火災警報器は設置されていますか？

●詳しくは東御消防署まで ☎62-0119

市内交通事故統計 4月分



4月30日現在

		1月からの累計	前年比
件数	11件	47件	-4件
傷者	12名	66名	+4名
死者	0名	0名	±0名

とうみの気象記録（東御消防署調べ）

	平成24年4月	平成23年4月
最高気温	28.6℃（28日）	25.5℃（27日）
最低気温	-5.3℃（8日）	-5.0℃（4日）
平均気温	10.3℃	9.5℃
平均湿度	68.0%	61.8%
降水量	34.0mm	41.5mm

サンピアノ上田ピアノ工房

ピアノの調律

ピアノの修理

- 外装クリーニング ●外装塗装
- 鍵盤修理 ●フレンジコード貼り替え
- ピアノ線の張り替え 他

◆調律・修理には、スタインウェイアカデミー認定技術者が担当いたします。

◆適正な価格でピアノの調律・部分修理・オーバーホール修理を行なっています。（他業者によっては、高い金額を請求される場合もございますので、ご相談ください。）

ピアノの買い取り

ピアノの移動

ピアノへの消音ユニット取付



お問い合わせ スタインウェイピアノ長野県特約店

サンピアノ上田ピアノ工房

上田市常盤城5-1-14

☎0120-147748 mail ueda@sunpian.com

TEL.0268-22-7748

〈広告欄〉

長野県市町村対抗 駅伝競走大会結果

4月30日、第22回長野県市町村対抗駅伝競走大会（松本平広域公園陸上競技場発着8区間、38・545km）及び第8回長野県市町村対抗小学生駅伝競走大会（松本平広域公園陸上競技場発着4区間、6km）が行われました。

総監督の市川広徳さんは、「今年はコトヒラ工業の小山君が加入し、入賞を狙えるのではないかとというメンバーとなりました。結果は、仕事の都合でエースが欠場となり、20位にとどまりましたが、来年が楽しみになりました。ご協力いただいたご家族の皆さんに感謝し、来年に向けてまた頑張っていきたい」と話してくれました。

■結果と出場選手（敬称略） 第22回長野県市町村対抗 駅伝競走大会

- （20位／59チーム）
- 1区 甘利 祐子（東部中3年）
 - 2区 甘利 大祐（東部中1年）
 - 3区 土屋 望（上田高2年）



第8回長野県市町村対抗 小学生駅伝競走大会

- （43位／60チーム）
- 1区 土屋 朋未（称津小6年）
 - 2区 青木 薫仁（北御牧小6年）
 - 3区 大場 有希（和小6年）
 - 4区 瀧澤 学（和小5年）

税のワンポイントアドバイス

更正の請求期間が 延長されました

「更正の請求」とは

医療費控除や障害者控除の申告漏れなどの理由により、申告書に記載した税額を多く申告していたことに気づいたときは、更正の請求書を税務署へ提出することとで、正しい税額への訂正を求めることができます。

Q いつまで請求できますか？

A 平成23年度税制改正により更正の請求ができる期間が、法定申告期限から5年に延長されました（従来は確定申告の提出期限から1年以内）

更正の請求期間の延長は、平成23年12月2日以後に法定申告期限が到来するものから適用されます。

したがって、平成24年3月15日に法定申告期限が到

来する平成23年分の所得税に対する更正の請求は5年間行うことができますが、平成23年3月15日に法定申告期限が到来した平成22年分の所得税の更正の請求は1年間しかできないこととなりますのでご注意ください。

市県民税額は、皆さんの所得申告（給与支払報告書や確定申告書等）に基づき計算されます。この所得申告は、国民健康保険加入者であれば国民健康保険税や介護保険料、また保育料にまで影響しますから、正確に申告することが大切です。

●問い合わせ先

上田税務署

☎ 22-11234

税務課住民税係

☎ 64-5877

**農機を
買うなら**

株式会社 唐沢農機サービス

～私たちは「地元農家」を応援します！～

アフターサービスに自信あり!!

農機修理専用ダイヤル
0268-62-5262

TEL: 0268-62-5262
FAX: 0268-63-7085

〒389-0512
長野県東御市澄野乙3012-1

HP: www.karasawanouki.co.jp/

農機販売

- ・新品農機
- ・中古農機

修理

- ・出張修理
- ・格納修理

**三菱農機
プロサービスコンテスト
全国1位獲得**

〈広告欄〉



▲絶景が広がります



▲小山さん(写真左)、塩川さん

最高の眺望が味わえます 前山桜の里公園に看板設置

5月12日、島川原区桜千本の会（小山実会長）や地元区の皆さんで整備した「前山桜の里公園」（公募により命名）の看板設置の披露が行われました。合わせて看板文字を刻字した塩川流石さん（島川原）に対し感謝状が贈られました。公園内にはあずまやが設置され、また四季折々の花が楽しめるようにと、桜、福寿草、カタクリなどが植えられ、訪れた人をいやしています。

同会の渡辺正喜事務局長は「区の活動を通して、市全体が活性化することをこれからもやっていきたい」と話していました。

会場いっぱいに広がる笑顔 第9回子どもフェスティバル開催

5月12日、中央公園一帯で第9回子どもフェスティバルが開催されました。会場には、各地区育成会などの各種団体の皆さんが様々な催しを出店し、集まった子どもたちは笑顔いっぱいの表情で、各コーナーを楽しんでいました。オープニングでは田中小学校吹奏楽部による演奏や、お馴染みの参加者の皆さんで行うボール送りなどが行われ、賑わいを見せました。また今年は学生などのボランティアの皆さんが運営に携わり、準備や司会進行を務めました。ボランティアの中澤敬杜さん（東御清翔高1年）は「準備が大変だったけどやりがいがあった楽しい」と話していました。



▲田中小吹奏楽部によるオープニング演奏



▲ディスクターゲット9



▲敬礼！

地域の交通安全のリーダー 交通少年団委嘱式

4月21日、市勤労者会館で平成24年度東御市交通少年団委嘱式が行われました。市内の小学生5・6年生で構成される交通少年団は、2年任期で、地域の交通安全啓発活動などを行います。今年は33期になる皆さん、20名が任命され、花岡市長から一人ひとりに委嘱書が手渡されました。

式終了後には丸山一宏東御警部交番所長の講話や、上田交通安全協会東御部会による規律訓練が行われ、整った動きを見せてくれました。

東町の伝統芸能 祢津東町歌舞伎公演

4月29日、日吉神社境内の東町歌舞伎舞台で平成24年度祢津東町歌舞伎公演が行われました。今年は寒さのため、例年に比べ桜の開花が遅れたため、この時期としては珍しい満開の桜の花が、会場に一層の彩りをもたらしていました。

祢津小学校歌舞伎クラブは牛若丸としても有名な「義経千本桜」の二段目「渡海屋・大物浦」と、東町歌舞伎保存会の皆さんは「一谷嫩軍記」の「熊谷陣屋の段」を上演され、舞台上で繰り広げられる、見事な場面の連続に会場はたくさんのおひねりが飛び交いました。



▲一谷嫩軍記



▲義経千本桜

被災地のためにできること 信州御牧太鼓保存会から義援金



▲花岡市長に目録が手渡されました

4月25日、信州御牧太鼓保存会（井出広美部会長）から東日本大震災の被災地への義援金として、5万円の目録が手渡されました。この義援金は今年の3月11日、佐久勤労者福祉センターで行われた4つの団体からなる太鼓連盟による復興支援チャリティコンサート、たいこ祭で集めた収益金や募金の20万円を、各団体で5万円ずつに分けたものです。

この日、市役所を訪れた吉村文圭副部会長は「昨年の東日本大震災を受けて、20年続いているたいこ祭を通じて被災地に役立てることができないかと考えた」と話していました。

だまされないぞ 悪質商法追放キャンペーン

5月14日、田中駅前で東御市くらしの会、東御市警部交番などの皆さんによる、リーフレットなどの配布による悪質商法追放キャンペーンの啓発活動が行われました。今回



市内で初めて行われた活動では、高校生や通勤者など駅を利用する方を中心に、クーリングオフ制度や訪問販売、出会い系サイトなどのトラブルについて声かけし、注意を呼びかけました。

手作りのちりとりを寄附

5月7日、諏訪郡下諏訪町にお住まいの西澤敏文さんから市教育委員会へちりとり70個を寄附していただきました。このちりとりは自ら裁断した一斗缶と竹を使った手作りのもので、西澤さんはいずれは県内全ての市町村に届けたい



と、数年前から活動しています。西澤さんは「普段の掃除のときに使ってもらえれば」と話していました。いただいたちりとりは市内各小中学校に10個ずつ配布されました。

小型動力ポンプ更新

5月14日、東御消防署で市消防団中屋敷部、新張部、下八部の小型動力ポンプ更新による引渡式が行われました。花岡市長は「地域のために頑張っている姿に市民も期待し



ている」とねぎらいの言葉を贈りました。市では、毎年計画的に小型動力ポンプの更新を行っています。

花いっぱい運動 オープニングセレモニー

5月12日、第9回花いっぱい運動オープニングセレモニーが、浅間サンライン沿い新屋差差点付近の花壇で行われました。あいにくの曇り空で小雨が降ることもありましたが、最後まで行うことが出来ました。新屋区老人会の百



寿会の皆さんを中心に区役員、地元区の小学生など約100名の皆さんが集まり、サルビア400本、マリーゴールド200本、ジニア1,200本を植えました。



5・21
▼金環日食観覧会（市内各小学校校庭）



5・14
▼舞台が丘公共施設整備第2期事業説明会（中央公民館講堂）



5・3、4
▼第5回道の駅雷電まつり（道の駅雷電くるみの里）

できごとと短信



『代々守る命の水』



「水かけは真剣」

八重原用水の水量は限られていて、分水^{ます}桧が至る所にあり水をかける順番が決められています。水田に水を入れることが出来る「掛番^{かけばん}」のときは、水を漏らさないよう真剣です。

水路の維持管理や「掛番」のために用水組合を組織し、水田の面積に応じた用水費を徴収することから、農家は水田の水をお金で買っているという感覚です。



古木と岩の隙間から、こんこんと湧き出た透き通った水は、やがて集まりいくつもの小川となって、一つの水路へと流れ込みます。

河川のない八重原台地の水田を満々と潤す命の水「八重原用水」です。

江戸時代末期、小諸藩に仕えた黒沢嘉兵衛^{かひょうえ}によって、約10年の歳月と延べ10万人もの人足を費やし開削され、代々先人によって改修され守ってきた水田専用の水路です。



「みどりの水面」

5月下旬、代掻^{しろか}きを終えた水田に、田植機のエンジン音と軽快な苗を植える水音^{みずおと}がリズムを奏でて、澄んだ水面^{みなも}をうすい緑の水面へと変えていきます。

種モミから2ヵ月程をかけて育てた苗が、狭い苗箱から広い水田に開放され、生き活きと手を広げています。

これから秋までの5ヵ月程、水田での栽培が始まります。



人の動き

(5月1日現在)

世帯数

11,616世帯(+42)

総人口

31,368人(+12)

男 15,470人(+11)

女 15,898人(+1)

転入 138人(-56)

転出 116人(-85)

出生 17人(-16)

死亡 28人(-8)

※カッコは前月対比



東御市役所はチャレンジ25
キャンペーンに参加しています



八重原台地の歴史ある貴重な水、それを守りつづける地域の仲間とともに「八重原米」の米作りがあります。

(八重原米研究会)

編集後記

▼少々気が早いかもしれませんが、来月末からいよいよオリンピックピックが始まります。▼サッカー、柔道、水泳など、多種多様の種目がありますが、その中でも私は特に体操に注目しています。▼皆さんもご存知のように、日本体操界には、世界選手権個人総合3連覇を成し遂げた内村選手がいます。内村選手は世界でトップレベルの演技もさることながら、加えて見た人を魅了する美しい演技で日本のメダル獲得候補の一人と予想されています。▼4年に一度の祭典では世界中から集まったさまざまな国や地域の人々が、それぞれのプレーで勇気を与えてくれることと思います。今年の夏は、そんな感動的な瞬間にたくさん出会うことを期待しています。(市報担当 山浦)

FMとうみ 78.5MHz

『市民情報広場』

毎週木曜日

●午後4時～

午後4時55分