市報 とうみ お知らせ版
発行/長野県東御市　編集/東御市総務部企画課秘書広報係 〒389-0592 東御市県281-2 TEL64-5806 FAX63-5431　印刷/田口印刷㈱
No.203 平成25年 1 月16日

第23回 Lobby Concert ロビコン 無料

コール・ライディーンが唄う

男声合唱のスタンダード

1月27日(日)　開演13時30分
ロビーコンサートは入場無料です

指揮：高木房雄　♪ウ・ボイ　♪男性合唱組曲「雨」より　♪愛唱歌より　秋のピエロ、ふるさと等

開催中　丸山晩霞記念館常設展

デッサンと侮るなかれ

素描に見る丸山晩霞の絵力

新張　1898年

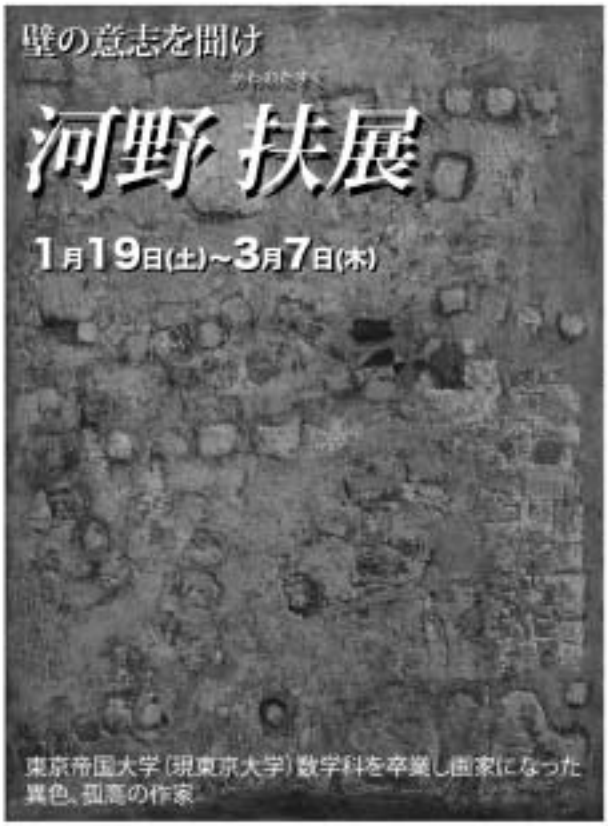
第24回 Lobby Concert ロビコン 無料

あうん

2月10日(日)
開演13時30分

♪Happy Birthday　♪云えそうもない　♪涙そうそう　♪銀河鉄道999　ほか

東御市文化会館 サンテラスホール　お問い合わせ TEL62-3700　〒389-0515　東御市常田505-1　FAX62-3262　丸山晩霞記念館



同時開催 第12回 私の愛する一点展

初日のみギャラリートーク開催！　12時30分

劇団「くるま座」公演

北信濃伝説 黒姫物語

白龍の化身と、城主の娘・黒姫の神秘的なお話です。

1月19日(土)　開演13時30分
（ギャラリートーク終了後）

一般1,800円（高校生以上、入館料含）、小中学生1,000円

要予約
61-6161まで

梅野記念絵画館

〒389-0406　東御市八重原935-1■TEL 0268-61-6161■開館時間　9時～17時■入館料　800円、小中学生は無料■詳細はHPをご覧ください。

市の臨時職員を募集します

（東御市民病院）

■業務内容

職　　種	看護師	看護助手
業務内容	市民病院における看護師業務	市民病院における看護助手業務 ・療養生活上の世話（食事・入浴等） ・ベットメイキング及び 看護用品等の整理等
募集人数	若干名	
勤務期間	６か月ごとの契約更新	
勤務時間	**割振り勤務** ①【日勤】 午前８時30分～午後５時15分 ②【夜勤】　月３～５回位 ※勤務時間、夜勤等相談可	**ローテーション勤務** ①午前８時30分～午後５時15分 ②【早出】 午前４時45分～午後４時30分 ③【遅出】 午前10時45分～午後７時30分
勤務場所	東御市民病院　看護部	
応募資格	看護師の資格を有し、明るく健康な方	明るく、健康な方
勤務開始日	**随時**	**平成25年4月１日(月)**

■応募方法

応募書類	・履歴書 市販のものまたは、市民病院ホームページからダウンロードしてください。 http://hospital.city.tomi.nagano.jp/simin/ ・免許証の写し（看護師のみ）	
応募方法	応募書類を下記へご持参いただくかご郵送ください。	
応募期限	**随時応募受付**	**平成25年2月15日(金)** （当日消印有効）
採用試験	応募受付後に面接を行い、 採用を決定します。	応募締め切り後に面接を行い、 採用を決定します。
その他	面接日につきましては後日ご連絡します。 賃金等の諸条件につきましては、下記へお問い合わせください。	
申し込み・問い合わせ先	〒389-0502　東御市鞍掛198番地 東御市民病院　庶務係　☎62－1711	

「メール配信＠とうみ」（緊急情報等メール配信サービス）

～登録はお済みですか…？～

■配信情報　①市内火災情報　②災害情報（市内風水害・県内震度４以上）
③不審者情報　④その他の情報（行方不明者・有害鳥獣出没など）

■携帯電話やパソコンのメールアドレスがあればどなたでも登録できます。

■情報提供料金は無料です。（ただし、メール通信料金はお客様の負担となります。）

■登録方法／**tomi_jh@eml.city.tomi.nagano.jp** へ空メールを
送信すると、本登録手続きのメールが届きます。
詳しくは市ホームページをご覧ください。

QRコード

●問い合わせ先　企画課　秘書広報係（本館２階）　☎64－5806

みんな集まれ！白銀の世界へ

第50回 湯の丸スキー大会 ジャイアントスラローム

3月3日(日)　湯の丸スキー場 第1ゲレンデ
午前9時30分 スタート！

部門	組　別	制　限
1部	ハンディキャップ女子	ハンディキャップ女子
2部	ハンディキャップ男子	ハンディキャップ男子
3部	女子低学年	小学校４年生以下女子
4部	女子高学年	小学校５・６年生女子
5部	男子低学年	小学校４年生以下男子
6部	男子高学年	小学校５・６年生男子
7部	女子シニア	60歳以上の女子
8部	男子シニア	60歳以上の男子
9部	女子３部	40歳～59歳までの女子
10部	女子２部	25歳～39歳までの女子
11部	女子１部	中学生～24歳までの女子
12部	男子４部	50歳～59歳までの男子
13部	男子３部	40歳～49歳までの男子
14部	男子中学生	中学生男子
15部	男子２部	30歳～39歳までの男子
16部	男子１部	高校生～29歳までの男子

※年齢の起算は、平成25年３月３日現在とします。

表彰等

☆各部優勝者、２位及び３位まで賞状とトロフィー、賞品があります。
☆３部から６部は４位から10位まで、その他の部は４位から６位まで賞品があります。
☆全参加者の総合順位で飛び賞があります。
☆全参加者に記念品を贈呈します。

参加申込方法

1　直接または現金書留によるお申し込み

申込期間　１月15日(火)～２月22日(金)　午後５時まで
受　付　平日　午前８時30分～午後５時15分
申込書に必要事項をご記入のうえ、**参加料を添えて**下記へお申し込みください。
現金書留の場合は当日到着分までとさせていただきます。
要項及び申込書につきましては、下記へ直接お越しいただくか、東御市観光協会ホームページからダウンロードしてください。(http://www.tomikan.jp)

2　インターネット「デジエントリー」(http://dgent.jp) によるお申し込み

申込期間　１月５日(土)～２月18(月)まで
参加料の入金はクレジットカードかコンビニ決済となります。
参加料　高校生以上3,000円　　小・中学生1,500円
その他　小学生はリフト無料です。

●申し込み・問い合わせ先　〒389-0404　東御市大日向337
第50回湯の丸スキー大会実行委員会事務局
(北御牧庁舎　商工観光課内)　☎67－1034　FAX67－3337

親しみやすく分かりやすい広報を

市報とうみモニターを募集します

○**募集対象**　市内在住または市内に通勤・通学する20歳以上の方

○**定　　員**　16名

○**内　　容**　毎月発行される市報、お知らせ版に関するアンケートに答えていただくほか、モニター会議（年１～２回を予定）に出席いただきます。＊薄謝あり

・掲載記事に対する意見、要望

・取り上げてほしい記事

・身近な情報提供　など

○**応募方法**　**３月15日（金）**までに、電話、ファックスまたは電子メールで下記までご連絡ください。

●応募・問い合わせ先　企画課　秘書広報係（本館２階）　☎64－5806　FAX63－5431
Eメール：shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp

★★★

東御市味のセミナー開催

テーマ「体に良くておいしい、とうみの食事」

今年の味のセミナーでは、テーマにそった展示や試食を行います。くるみや巨峰など、東御市で採れる体に良いとされる食材や、地域の食材を使って、健康的でおいしい季節の食事を提案します。

講演会では、きのこの健康作用を研究し、エノキ氷を使った料理の提案で有名な塩入公子さんのお話をお聞きします。

「食育」の推進とともに、特産物・地場産物を活用した「地域の食」・「健康的な食」をみんなで考えてみましょう。

＊日　　時　**2月3日(日)** 午後１時～午後３時30分（受付：午後０時30分から）
＊会　　場　総合福祉センター　講堂
＊内　　容　展示紹介　地元食材を使った冬の健康メニュー
講 演 会　「とうみの食で育む元気な心とからだ」
【講師】　管理栄養士　塩入（しおいり）　公子（きみこ）さん
著作「エノキ氷レシピ　やせる健康調味料」など
販売コーナー　市内の農産物加工団体

試食もありますのでマイ箸をお持ちください。

＊参 加 費　無　料
＊参加定員　120名
＊申込方法　**1月25日(金)**までに電話またはファックスで下記へお申し込みください。
（託児のお申し込みも受け付けます。）

●申し込み・問い合わせ先　東御市味のセミナー実行委員会事務局（別館２階　農林課内）
☎64－5894　FAX64－5881

信州上田地域合同企業ガイダンス2013

◎日　時　**平成25年２月８日(金)**　午後１時～午後４時
◎会　場　上田東急イン　３階　国際21クリスタルホール
◎対象者　平成26年３月新規大学・短大・専修・高専卒業予定者
◎内　容
・会場では企業の人事担当者が会社の概要を説明し、質問にお答えします。
・上田地域の企業情報及び資料の提供をします。
・「職業相談窓口」を設け、ハローワーク上田の職員が相談に応じます。

※上田職業安定協会ホームページ（http://www.ucci.or.jp/u-antei-k）に参加企業が順次掲載されます。
※当日はガイダンスに先立ち「就職活動の心構え」のセミナーが午前10時から午前11時30分まで開催されます。ご希望の方は直接上田職業安定協会へお申し込みください。

◎主催　上田公共職業安定所（ハローワーク上田）・上田職業安定協会・東御市
上田市・長和町・青木村・上田商工会議所・長野県情報サービス振興協会
◎共催　信濃毎日新聞社

●問い合わせ先　商工観光課　商工労政係（北御牧庁舎内）　☎67－1034
上田職業安定協会（上田商工会議所内）　☎22－4500

キホンの運動教室参加者募集

10年後のあなたのために何か始めてみませんか？

寒い時期はどうしても、体を動かす機会が少なくなりますね。今回が今年度最終の募集になります。少しずくを出して一緒に運動してみませんか。

「からだを動かすこと」をきっかけに、ご自分を磨いていきましょう！

日　程	内　容	服　装・持ち物
2月7日(木)	ストレッチング・筋肉トレーニング編 からだのすみずみまで 伸ばしてスッキリ！ 眠っている筋肉を呼び起こす！	□動きやすい服装 □汗ふきタオル □水分補給用の飲み物
2月21日(木)	ウォーキング編 まずは10分ウォーキングから 始めてみましょう！ ～東御中央公園でウォーキング～ （※雨天でも室内で運動します）	□動きやすい服装・帽子・タオル □両手が空くリュック等 □歩きやすいシューズ （ウォーキングシューズ等） □水分補給用の飲み物 □歩数計（お持ちの方）

- 時　　間　午前９時30分～午前11時30分
- 会　　場　総合福祉センター２階　保健センター内　「いきいきルーム」
  ウォーキング編の受付場所も「いきいきルーム」です。
- 対　　象　市内にお住まいでおおむね65歳までの方
- 募集人数　15名
- 参 加 費　１回　300円
- 申し込み　開催日の１週間前までに下記へ電話でお申し込みください。
- 指導担当　公益財団法人　身体教育医学研究所　健康運動指導士

●申し込み・問い合わせ先　健康保健課　健康増進係（総合福祉センター内）　☎64－8883

****

平成24年度心の健康づくり啓発事業

こころとココロが出会う会

～向き合いワークショップ～

今回のテーマは、**「部分と全体　～あなたの考えを聞きたい～」**です。

今回のワークショップでは、「集団行動・いじめ・共感」といった話題に関する3つの映像を見ながら、集団行動といじめ行為の関連性について考えたいと思います。同時に、人の中にある「共感できる力」を育むことが、なぜ、いじめなどの問題を防ぐことへつながるのかを参加者の皆さんと共に考え、話し合う時間を持ちたいと思います。

このように、私たちが生きる社会をより広く・深く見つめようとすることが物の見方や考え方の確立に大いに役に立ち、その結果、心の健康を支えるコツを身につけることができると思います。このワークショップへの多くの皆さんのご参加をお待ちしています。

♥日　時　**２月15日(金)** 午後１時30分～午後３時30分
♥場　所　総合福祉センター　３階　講堂
♥テーマ　「部分と全体　～あなたの考えを聞きたい～」
♥講　師　公益財団法人　身体教育医学研究所　研究主任　朴（ぱく）　相俊（さんじゅん）　氏
♥お申し込みは必要ありませんので、ご自由にご参加ください。

この講座に関する情報は、
「東御こころのむきあいネット」
でも確認できます。
http://www.mukiai.net

●問い合わせ先　健康保健課　保健係（総合福祉センター内）　☎64－8882

食生活改善『食べ方見直し塾』参加者募集

生活習慣病やメタボリックシンドロームの予防・改善に役立つ食生活改善の教室を開催します。ご自身やご家族の人間ドックや特定健診などの結果から、食生活を見直したいと感じている方、自分の食事の適量を知りたいあなたにお勧めの教室です。ご希望の内容を選んでお申し込みいただけます。みなさんのご参加をお待ちしています。

◎対 象 者　市内にお住まいで19歳からおおむね65歳までの方
◎募集定員　１回につき10名
◎会　　場　２月…北御牧保健センター２階　調理実習室
（北御牧総合支所となり）
３月…東御市保健センター　調理実習室
◎時　　間　午前９時30分 ～ 午後０時30分
◎参 加 費　１回 400円
◎申込方法　開催日の１週間前までに下記へお申し込みください。

	内　　容	２　月	３　月
１回	ちょうど良いエネルギーと食事量は？	５日(火)	６日(水)
２回	１日分の食事を書き出してみよう。	12日(火)	13日(水)
３回	間食、ちょっとなら本当に大丈夫？	19日(火)	21日(木)
４回	塩分・油・脂　摂り過ぎないポイント	26日(火)	27日(水)

●申し込み・問い合わせ先　健康保健課　健康増進係(総合福祉センター内)
☎64－8883　FAX64－8880

★★★

東御市ふれあい人材バンクへの登録を募集しています

ふれあい人材バンクとは？

文化・芸術・レクリエーション活動等の知識や技能をお持ちの市民の方が、その特技を生かし、地域・学校・職場などの各種団体等で開催される講座や講演会などの、講師または指導者として活動していただくためにその人材を登録し、指導をご希望の市民のみなさんにご紹介するための制度です。

登録できる方とは？

①原則として、東御市内に在住、在勤、在学している20歳以上の方

②指導者として自らの知識及び技能を他の市民のみなさんに提供する意思のある方
（免許や資格がなくても登録することができます）
※ただし、営利・政治・宗教活動を目的とした登録はできません。

登録の手続きの仕方は？

ご希望の方は、「ふれあい人材バンク登録申込書」に必要事項をご記入のうえ、下記までお申し込みください。

※登録条件にあてはまる方であれば、すぐに登録となります。

生涯学習キャラクター
「まなびー」

登録にあたって知っておくことは？

①登録有効期間は、登録日から登録日の翌々年の12月31日までです。
※更新の手続きは、満了日近くになりましたらご連絡します。

②登録の変更や取消しは、随時行います。

③氏名・在住の区名・指導内容等の情報は、市ホームページや広報等で公開させていただくことがあります。
また、指導をご希望の市民の方からの問い合わせがあった場合も、その都度公開いたします。

④万が一に備えての保険加入や活動で生じたトラブル等については、依頼を受けた団体等と協議していただくことになります。

⑤登録なさっても、依頼がない場合もありますのでご了承ください。

●申し込み・問い合わせ先　東御市教育委員会事務局　生涯学習課（中央公民館内）☎64－5885
滋野公民館　祢津公民館　和公民館　北御牧公民館

サンピアン上田ピアノ工房

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

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

◆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。）

お問い合わせ　スタインウェイピアノ長野県特約店
サンピアン上田ピアノ工房
上田市常磐城5-1-14
0120-147748　mail ueda@sunpian.com
TEL.0268-22-7748

〈広告欄〉

長野県補助事業　地域づくりに

「地域発 元気づくり支援金」を活用してみませんか

平成25年度事業の募集をしています

長野県では、「地域発 元気づくり支援金」により地域づくりを実践される皆様を支援いたします。

「地域をよくしたい。」、「こんな活動をしてみたい。」など、地域づくりに「地域発　元気づくり支援金」を活用してみませんか。平成25年度の事業について、下記のとおり募集していますので奮ってご応募ください。

○対象団体

・市町村、広域連合、一部事務組合

・ＮＰＯ法人、地域づくりを行うグループや協議会など（公共的団体等）

○元気づくり支援金の概要

【対象となる事業】

自らの知恵と工夫により自主的、主体的に取り組む地域の元気を生み出すモデル的で発展性のある事業のうち、次に掲げる事業を対象

（１）地域協働の推進に関する事業

（２）保健、医療、福祉の充実に関する事業

（３）教育、文化の振興に関する事業

（４）安全・安心な地域づくりに関する事業

（５）環境保全、景観形成に関する事業

（６）産業振興、雇用拡大に関する事業

（７）市町村合併に伴う地域の連携の推進に関する事業

（８）その他地域の元気を生み出す地域づくりに資する事業

平成25年度の重点テーマ

（ａ）県と市町村との協働事業

（ｂ）自然エネルギーの普及、拡大

（ｃ）障がい者や若者の雇用促進、就業支援

【支援金の交付額・公的団体の場合】

ハード事業　道路、水路、建物等の建設または改修、１件10万円以上の備品の取得など３分の２以内

ソフト事業　（ハード事業以外）４分の３以内　上記（ａ）～（ｃ）に該当の場合は５分の４以内

※交付額の下限は30万円です。交付額が30万円を下回る場合は本事業の対象にはなりません。

○応募期限　２月１日（金）

○応募方法　下記へ応募書類を２部ご提出ください。

＊詳しくは、上小地方事務所のホームページをご覧ください。

（http://www.pref.nagano.lg.jp/xtihou/jousyou/）

●応募・問い合わせ先　市民課　生活環境係（本館１階）　☎64－5896

●問い合わせ先　上小地方事務所　地域政策課　☎25－7112

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

お問合せは

■農機修理専用ダイヤル 0268-62-5262

■TEL：0268-62-5262 FAX：0268-63-7085

■〒389-0512 長野県東御市滋野乙3012-1

■HP：www.karasawanouki.co.jp/

〈広告欄〉

東御市 活用してみませんか！ 平成25年度「地域づくり活動事業」を募集します

市では、区、ＮＰＯ、その他市内の団体が自ら考え、自ら行動を起こす地域づくり活動に対して予算の範囲内で補助金を交付します。地域の活性化につながる事業を計画していて市の補助金を受けたい団体の皆様は募集要件を確認の上、下記の募集期間内に応募してください。

【募集期間】　１月28日(月)～３月１日(金)

【地域づくり活動事業募集要件等】

対象となる団体	市内で活動する団体で、区、支区、隣組、ＮＰＯ団体のほか地域づくり活動を行う団体
対象となる事業	団体が自ら考え、自ら行動をおこす公共的な事業で地域の活性化等に結びつく活動（例）ほたるの里づくり事業、地域ガイドブックの作成等 ＊市の他の補助金の対象となる事業、宗教活動、政治的活動、営利目的事業は対象となりません。また、既に本事業の補助金を２回受けたことのある事業は対象となりません。
補助対象経費	補助対象となる事業に必要な経費（消耗品費、講師謝金・旅費等交通費、印刷製本費、通信運搬費、使用料、賃借料、委託料、原材料費等） ＊事業を実施するのに必要な機器の賃借料、事業委託に係る経費は事業費の10分の２を限度とします。
補助金額	１事業100万円以内 （事業の内容により対象経費の100％、75％、50％を補助します）
応募方法	募集期限までに「地域づくり活動補助金事業認定申請書」に必要事項をご記入の上、下記へ応募してください。
事業の認定	応募いただいた団体は、３月下旬に開催する「認定審査会」に出席して説明をしていただきます。認定審査会で審査の上、事業認定の可否・補助率・補助対象経費を決定し、４月上旬に通知します。

【新設団体認定募集要件等】

対象となる団体	設立後、２年以内のＮＰＯ、地域づくりを行う規約等が定められている団体 （市内で活動する団体に限ります）
補助対象経費	団体の経常的な活動に要する経費 （例）団体の通常活動に要する消耗品等
補助率	経費の２分の１以内（上限５万円） ＊ただし、同一の団体に対する補助金の交付は１回限りです。
応募方法等	期限までに「地域づくり活動新設団体認定申請書」に必要事項をご記入の上、下記へ応募してください。 応募いただいた団体は、３月下旬に開催する「認定審査会」に出席して説明をいただきます。認定審査会で審査の上、新設団体認定の可否を決定し、４月上旬に通知します。

【注意事項】

（１）事業認定申請書の書類は１月28日(月)以降、下記にてお渡しします。
〔市ホームページ（http://www.city.tomi.nagano.jp/）にも掲載します。〕

（２）事業認定申請書の提出は、ご持参ください。また、その場で簡単な聞き取りにご協力をお願いします。

●問い合わせ先　市民課　生活環境係(本館１階)　☎64－5896

人権擁護委員による「心配ごと相談」の開催のお知らせ

上田人権擁護委員協議会東御市支会では、人権擁護委員による「心配ごと相談」を下記のとおり開催します。

毎日の暮らしの中で起こる人権についての困りごとや悩み事に関して、人権擁護委員が相談にのります。どなたでもお気軽にご相談ください。

【開催日時】　２月１日(金) 午前９時～正午

【開催場所】　東部人権啓発センター

＊予約の必要はありません。直接会場にお越しください。
秘密厳守。相談料は無料です。

●問い合わせ先　東部人権啓発センター　☎64－5902

訂正とお詫び

市報とうみ「お知らせ版」№202（平成24年12月27日号）７ページに掲載しました１月の『人権よろず相談所』の場所に誤りがありました。

（誤）
東部人権啓発センター
（正）
北 御 牧 庁 舎

訂正してお詫びいたします。

ホワイトボード

みなさんからの情報発信によるページです。いろいろな情報をお待ちしております。掲載をご希望の方は、希望掲載号（１日・16日）のおよそ１ヵ月前までに下記へご連絡ください。
●東御市総務部企画課　広報担当まで
メールアドレス：shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp
☎64－5806　FAX63－5431

株式会社信州東御市振興公社「正社員募集」

弊社は、市内の温泉４施設（湯楽里館・ゆぅふるtanaka・御牧乃湯・明神館）・大田区休養村とうぶ・レストランOH!LA!HOの管理運営、及び地ビールの製造等を行っています。若いスタッフが多くやりがいのある職場です。明るく元気で接客が好きな方大歓迎です。

○職　　種／正社員（調理員）若干名
○資 格 等／高等学校卒業以上（調理師免許要）
○給 与 等／当社規定による（経験者優遇）
社会保険・雇用保険・諸手当あり
昇給年１回／賞与年２回（定年満60歳）
○募集期間／１月21日(月)～１月31日(木)
○面　　接／期日、場所につきましては後日ご連絡します。
（２月上～中旬の予定）
○応募方法／履歴書を募集期間中に下記へご提出ください。
既卒後就職されたことがない方は成績証明書を添付してください。（郵送可、期限内必着）
●応募・問い合わせ先／〒389-0505　東御市和3875
㈱信州東御市振興公社
総務部総務課人事担当　☎64－0001

賃貸住宅の敷金返還・原状回復等に関する無料相談会

民間賃貸住宅の敷金返還や原状回復等に関するお悩みについて行政書士が相談にのります。秘密は厳守します。ご予約は必要ありませんので直接お越しください。

○日時／２月12日(火) 午前10時～午後４時
○場所／上田中央公民館（上田市材木町1-2-3）
●問い合わせ先／長野県行政書士会☎026－224－1300

県営住宅入居者補充募集

東御市、上田市にある県営住宅入居者の募集を下記のとおり行います。

○受　付／期間　２月20日(水)～3月1日(金)
午前９時～午後５時
※期間中は土日も受け付けます。
場所　上田合同庁舎南棟内
○抽選会／日時　３月８日(金) 午後１時30分
○場　所／上田合同庁舎南棟　2階会議室
○その他　詳細につきましては、2月中旬以降に下記へ直接お問い合わせいただくか、公社モバイルサイトでご確認ください。
http://www.avis.ne.jp/~njkk/m/
●問い合わせ先／上田市材木町1-2-6
長野県住宅供給公社　上田管理センター　☎29－7010

平成25年度 財団法人信州学生協会「信濃寮」入寮生募集

○入寮資格／長野県出身者（男子）で、平成25年に首都圏の4年制（医・歯・薬学も含む）大学に入学を予定している。または、在籍している方。
○募集人員／約20名
○所 在 地／東京都小金井市東町3-17-43
○寮　　費／平均40,000円／月
○入 寮 金／40,000円
○入寮選考／書類審査の後、当寮にて面接
○募集期間／平成25年１月20日(日)～３月17日(日)
○そ の 他／詳細はホームページをご覧ください。
http://www.george24.com/~shinanor
●問い合わせ先／財団法人信州学生協会
信濃寮自治会幹事　☎0422－32－5479

遺言・相続等　無料相談
～相続を争族にしないために～

○日　時／平成25年２月19日(火)
午後１時～午後４時
○会　場／総合福祉センター　３階　302研修室
○内　容／遺言　相続　成年後見　など
○その他／事前予約は必要ありません。
次回の予定は３月26日(火)です。
●問い合わせ先／長野県行政書士会会員
行政書士事務所マードレ　☎64－7739

2月の子育てインフォメーション

のびのびっこひろば

時間：午前10時～

田中のびのびっこひろば

2月21日(木)　親子料理教室＆お誕生会
場　所：北御牧子育て支援センター

滋野のびのびっこひろば

2月12日(火)　バレンタインのプレゼント作り
場　所：滋野コミュニティーセンター

祢津のびのびっこひろば

2月14日(木)　お別れ会
場　所：祢津児童館
持ち物：主食、お皿、フォーク、スプーン

和のびのびっこひろば

2月15日(金)　図書館出張読み聞かせ
場　所：和コミュニティー（和室）

すくすくひろばからのお知らせ

2月5日(火)　午前10時30分～午前11時
・ママーずのお話絵本

2月12日(火)　午前10時30分～午前11時30分
・育児座談会（篠原君江助産師）

2月14日(木)　午前10時～午前11時
・おもちゃドクター

2月25日(月)　午前10時30分～午前11時
・ママ～ずのリズム遊び

2月27日(水)　午前10時～午前11時30分
・くまさんクラブすくすく相談
テーマ…「トラブル対処法」
（芹澤文子相談員）

2月28日(木)　午前11時15分～午前11時30分
・すくすくのおたんじょう会

みまき未来館からのお知らせ

時　間：午前10時～午前11時30分

2月6日(水)・ふれあいひろば
（いづみ園の先生）

2月13日(水)・わんぱくビクス

2月20日(水)・０歳児のママひろば

2月28日(木)・おもちゃドクター

ぽけっとひろばからのお知らせ

“ふれあいあそび”
時　間：午前10時～午前11時30分
持ち物：水筒・おやつ（おにぎりでも可）

2月18日(月)・北御牧みまき未来館

2月19日(火)・中央公民館３階和室

2月20日(水)・滋野コミュニティーセンター

2月21日(木)・祢津公民館

2月22日(金)・和コミュニティーセンター

●問い合わせ先　東部子育て支援センター（旧商工会館１階）　☎64－5814
北御牧子育て支援センター（北御牧児童館）　☎67－3676

2月の園開放

市立保育園

2月はありません

＊田中保育園 ☎62－1602
＊滋野保育園 ☎63－6468
＊祢津保育園 ☎63－6816
＊和保育園 ☎63－6815
＊西部保育園 ☎63－6469
＊東保育園 ☎62－3291
＊北御牧保育園 ☎67－2093

＊海野保育園 ☎62－2800

2月21日(木)
午前9時30分～午前11時
親子でリズム遊びをしましょう。
運動のできる服装で来てください。

＊くるみ幼稚園 ☎62－0164

2月1日(金)
午前11時～正午
豆まき。赤鬼をやっつけよう。

2月16日(土)
午前10時～正午
春のくるみ会
サンテラスホールで発表会

★☆☆☆

保健案内 ☎64－8882

◉乳幼児健康診査

受付時間：午後1時～午後1時15分（3歳児健診のみ受付午後０時45分～午後１時）
と こ ろ：市保健センター　　※２歳児歯科健診のときは歯ブラシ・コップをご持参ください

期　日	内　　容	対　象　者
１月22日（火）	3歳児健診	平成21年11月生まれの方
23日（水）	10か月児健診	平成24年３月生まれの方
24日（木）	2歳児歯科健診	平成22年11月生まれの方
29日（火）	1歳6か月児健診	平成23年７月生まれの方
30日（水）	4か月児健診	平成24年９月生まれの方

期　日	内　　容	対　象　者
２月19日（火）	3歳児健診	平成21年12月生まれの方
20日（水）	10か月児健診	平成24年４月生まれの方
21日（木）	1歳6か月児健診	平成23年８月生まれの方
26日（火）	2歳児歯科健診	平成22年12月生まれの方
27日（水）	４か月児健診	平成24年10月生まれの方

◉集団予防接種　料金は無料

受付時間：午後1時15分～午後1時30分
と こ ろ：市保健センター
持 ち 物：母子手帳・予診票・体温計（会場で接種前の体温を測ります）

予防接種名・対象者	日　程	注　意　事　項
ＢＣＧ 生後3か月～6か月未満児	２月８日（金）	・接種後27日間は他の予防接種は受けられません。 ・治療中または経過をみている病気がある場合には、主治医に相談してから予防接種を受けましょう。 **・生後６か月までに忘れずに受けましょう。**

◉個別予防接種　保護者（希望者）は医療機関に直接ご予約ください。料金は無料

予防接種名、接種回数、間隔			対　象　者	実施期間	注　意　事　項
三種混合（ジフテリア 百日ぜき 破傷風）	初回	期間内に20日～56日までの間隔で３回接種	生後３か月を過ぎたら早目に	通　年	・接種間隔内で受けましょう。 ・接種後**6日間**は他の予防接種は受けられません。 ・生後３か月から7歳半までに接種を受けてください。
	追加	初回接種（３回目）後の1年～１年６か月の間に１回接種	初回接種終了者		
麻しん風しん混合ワクチン		第１期　期間内に１回接種	生後１歳～２歳未満児	通　年	・接種後**27日間**は他の予防接種は受けられません。 **◎第１期は１歳になったら早めに。** **◎接種期間は平成24年３月31日までです。未接種者はできるだけ早めの接種をお願いします。**
		第２期　期間内に１回接種	平成18年４月２日～平成19年４月１日生		
		第３期　期間内に１回接種	平成11年４月２日～平成12年４月１日生		
		第４期　期間内に１回接種	平成６年４月２日～平成７年４月１日生		
日本脳炎	１期 初回	６日～28日までの間隔で２回接種	満３歳から及び平成７年６月１日生～平成19年４月１日生の１期未終了者	通　年	・接種後**6日間**は他の予防接種は受けられません。 ◎法の改正により、平成7年6月1日生～平成19年4月1日生（7歳半～9歳未満を含む）の１期終了者で９歳以上の方は、希望すれば２期の接種を無料で受けられます。接種回数を確認しましょう。
	１期 追加	初回接種のおおむね１年後に１回接種			
	２　期	（１期終了後）１回接種	９歳以上で１期終了者（希望者）		
単独不活化ポリオワクチン	初回	期間内に20日～56日までの間隔で３回接種	生後３か月を過ぎたら早めに	通　年	・接種後**６日間**は他の予防接種は受けられません。 ・生後３か月から７歳半までに接種を受けてください。
	追加	初回接種（３回目）から6か月以上の間隔をおいて1回接種	初回接種終了者で１歳以上の者		

◉ワクチン接種緊急促進事業　保護者（希望者）は医療機関に直接ご予約ください。料金は無料

＊ヒブワクチン予防接種及び小児用肺炎球菌予防ワクチン予防接種
　対象者：生後２か月～５歳未満児
＊子宮頸がんワクチン予防接種（接種回数等詳しくは個人通知をご覧ください。）
　対象者：平成８年４月２日生～平成12年４月１日生の女子

◉四種混合ワクチン予防接種

保護者（希望者）は医療機関に直接ご予約ください。料金は無料
対象者：生後３か月～７歳半未満（接種回数等詳しくは個人通知をご覧ください。）

◉個別予防接種実施・日曜当番医医療機関

医療機関名	区名	電話番号	日曜当番医
祢津診療所	東町	62－0273	
長谷川耳鼻咽喉科	田中	62－2006	
酒井医院	城ノ前	64－3170	2月24日
ささき医院（日本脳炎以外実施）	本海野	64－3711	
ほしやま内科	常田	62－3115	2月17日
春原整形外科クリニック（三種混合以外実施）	常田	64－6200	1月20日
せき内科クリニック	白鳥台	64－7171	
中島医院	大日向	67－2777	2月3日
東御記念セントラルクリニック	県	62－1231	2月10日
東御市民病院	鞍掛	62－0050	
東御市立みまき温泉診療所（日本脳炎・ポリオ四種混合以外実施）	布下	61－6002	1月27日

※休日・夜間当番医の電話案内　長野県救急医療情報センター　ナビダイヤル 0570－088199

⊞日曜当番医⊞

●緊急の場合は主治医に連絡し、主治医不在の場合は当番医にご連絡ください。
●当番時間は平常どおりです。（午前中宅診、午後往診）
●急きょ当番医が変わることがあります。休日・夜間当番医の電話案内等でご確認ください。

休日の歯科救急治療

上田小県歯科医師会
「休日歯科救急センター」
住　所　上田市材木町1-3-6
（上田市立図書館東側）
電　話　24－8020
診療時間　午前9時～午後3時

教室や催し

◉ごっくん離乳食教室

・と　き　1月31日（木）
・受付時間　午前9時15分～午前9時30分
・ところ　市保健センター
・対象児　平成24年8月生まれ
・持ち物　母子手帳
食事用エプロン
ごっくんおたずね票
赤ちゃんすくすくブック

◉もぐもぐ離乳食教室

・と　き　平成25年2月8日（金）
・受付時間　午前9時15分～午前9時30分
・ところ　市保健センター
・対象児　平成24年6月生まれ
・持ち物　母子手帳、食事用エプロン
8か月児おたずね票
赤ちゃんすくすくブック
＊参加できない方はおたずね票にご記入の上、保健センターへご持参いただくかご郵送ください。

相談

◉母と子の健康相談

・と　き　毎週火曜日（祝日除く）
午前9時～午前11時頃までにお出かけください。
・ところ　市保健センター
＊乳幼児健康相談・育児相談・離乳食相談などお気軽にお越しください。

◉こころの相談

予約制　☎64－8882
・と　き　2月14日（木）、3月14日（木）
午後1時30分～午後3時30分
・ところ　市保健センター
・内　容　精神科医等による心の相談を行います

◉生活習慣病相談

相談ダイヤル　☎64－8883
・と　き　月～金曜日（祝日を除く）
午前9時～午後5時
・ところ　総合福祉センター内　健康増進係

◉アルコールに関する相談

・と　き　毎月第2・第4月曜日（祝日を除く）
午前8時30分～午後5時
・ところ　総合福祉センター内　保健係
＊アルコール依存症の方やその家族等の相談を行います。語り合う場も計画しています。お気軽にお越しください。

●問い合わせ先　健康保健課　保健係（総合福祉センター内）　☎64－8882

新着本案内

◇一般書

○板チョコ1枚から作るかわいい
　チョコレートのお菓子　　若山　曜子・著
○生きづらいのは「ゆとり世代」だから、
　と思っている君たちへ　　尾木　直樹・著
○伊勢神宮　常若の聖地　　千種　清美・著
○花のお江戸ぐらし　現代っ子が体験！
　　も　ぐ　ら・著
○雪山登山　　野村　仁・編著
○秘伝！相撲部屋ちゃんこレシピ
　全14部屋　　どす恋　花子・著
○知識ゼロからの着物と遊ぶ
　　石橋　富士子・著
○夢追い漫画家60年　いつも明日みて・・
　　藤子　不二雄A・著
○オチケン探偵の事件簿　　大倉　崇裕・著
○盗人　　田牧　大和・著
○けさくしゃ　　畠中　　恵・著
○芳一　　堀川　アサコ・著
○ブルーマーダー　Blue　Murder
　　誉田　哲也・著
○終わらない歌　　宮下　奈都・著
○明日の友を数えれば　　常盤　新平・著

◇児童書

○「古事記」がよくわかる事典　日本はどのようにしてできたの？　　所　　功・監
○「あの日」、そしてこれから
　東日本大震災2011・3・11　高橋　邦典・作
○子ども版将棋のルールを覚えた次に読む本
　　青野　照市・作
○ドラゴンのなみだ　　佐々木　ひとみ・作
○かえりみちはひみつのにおい
　　ふじた　なほみ・作
○ふゆってどんなところなの？
　　工藤　ノリコ・作
○チーター
　クリス・ジョンズ　エリザベス・カーニー・作
○ひとりでできるよ！図鑑　横山　洋子・監
○現代語で読む坊っちゃん　夏目　漱石・作
○たのしいキリンのかいかた
　ペンギン、コアラからパンダ、ゾウまで
　　さいとう　まさる・監
○決戦！どうぶつ関ヶ原　コマヤスカン・作
○どっかんだいこん　　いわさ　ゆうこ・作
○アイランド
　ロナルド・トルマン　マライヤ・トルマン・作
○雉女房　　柚木　沙弥郎・絵
○あたしゆきおんな　　飯野　和好・絵

2月の行事予定

会場は図書館３階くるみの部屋（絵本コーナー）です。

★東御清翔高等学校の生徒さんによる★

おはなし会

日時　２月５日（火）午後３時45分から
　　２月19日（火）午後３時45分から
対象　未就学児が中心ですが、どなたでも！

★図書館職員による★

おはなし会

日時　２月８日（金）　午前10時30分から
対象　未就園児とその保護者

★「くまの子」による **おはなし子ども会**　テーマ　「おはなしいっぱい」★

日時　２月16日（土）午前10時30分から
対象　未就学児～小学生
内容　紙 芝 居：「まんまるまんまたんたかたん」　大型絵本：「ニャーゴ」
　　絵　　本：「こびとずかん」「かわいいてんとうむし」「バムとケロのもりのこや」ほか

開館時間　火～金曜日：午前９時～午後６時30分　　土・日・祝日：午前９時～午後５時
休 館 日　月曜日（月曜日が祝日・休日の場合は開館し、次の平日が休館）

●問い合わせ先　東御市立図書館　☎64－5886

市道除雪作業に伴うお願い

市では、降雪の状況（概ね10cm 以上の積雪）に応じて、通勤通学の支障にならないよう幹線道路の除雪を行っていますが、近年は除雪業者の減少により、同一業者が県道・市道・区内生活道路の除雪を行う場合もあり、除雪に時間がかかることがあります。このため、降雪時間や積雪量にもよりますが、通勤通学時間に除雪が間に合わない場合もありますので、市民の皆さんには、あらかじめご理解を頂きますようお願いします。

また、皆さんが除雪をされた後に除雪作業車が通過することで、再び敷地の出入口が除雪の雪でふさがれてしまった場合は、誠に申し訳ありませんが、その雪を再び車道や歩道に出さずに、交通の妨げにならない場所へ寄せていただくようお願いします。

なお、ご自宅の敷地内に積もった雪は道路等に出さずに処理をお願いします。大変ご迷惑をおかけいたしますが、除雪に対するご理解とご協力をよろしくお願いします。

ご確認ください！ 道路へ枝が張り出していませんか？

降雪の時節を迎え、道路に張り出した枝や倒木により、交通に支障をきたす事例が毎年発生しています。これらは、雪の重みが原因ですが、道路に張り出した枝の剪定や樹木の伐採により未然に防げるものです。年末年始の大清掃に合わせて次の点検をお願いします。

また、日頃から樹木を適正に管理していただくようお願いします。

〇道路上に樹木や枝が張りだしている場合には、樹木の伐採または枝払いをお願いします。

〇傾いている木や枯れ木など、倒木のおそれのある場合は、伐採をお願いします。

〇強風、大雨、大雪の後には、倒木、落枝等がないか、ご配慮をお願いします。

●問い合わせ先　建設課　管理係（別館３階）　☎64－5892

「明日の長野県農業を担う若人のつどい」
～青年農業者プロジェクト活動コンクール～の開催について

将来の長野県農業を担う県内の青年農業者が一堂に会し、県内各地の代表である青年農業者が、自らの農業経営や青年クラブ等における課題や活動、また将来の農業における目標・夢について発表を行うコンクールを下記のとおり開催します。皆さまお誘い合わせのうえお越しください。

◆日　　時　**２月８日(金)**　午前10時～午後５時（受付　午前９時から）
◆場　　所　東御市文化会館　サンテラスホール
◆内　　容　（１）青年農業者コンクールの発表、審査及び表彰式、意見交換会
【プロジェクト発表の部】・・・農業経営等のプロジェクト活動の発表
【意　見　発　表　の　部】・・・青年農業者の目標・夢等の発表
（２）ファーマーズトーク（ミニ講演＋意見交換会）
◇テーマ　「アグリフューチャージャパンが取り組む農業経営者の育成と日本農業経営大学校について」
◇講　師　日本農業経営大学校　校長　岸（きし）　康彦（やすひこ）　氏
エム・アイ・コンサルティング株式会社
アグリ事業部統括ディレクター　熊本（くまもと）　伊織（いおり）　氏
◆参 加 費　無料
◆申込方法　事前予約が必要です。**１月28日(月)**までに下記へ電話でお申し込みください。

●申し込み・問い合わせ先　長野県農政部　農村振興課担い手育成係　☎026－235－7243
農林課　農政係(別館２階)　☎64－5894

***

子どもの良い育ちを目指して

「青少年健全育成講演会」のお知らせ

～望月教育プラットホーム（もちづきっ子 学びの支援隊）を例にして～

北御牧小・中学校ともに地区の住民有志で授業支援を行っています。
佐久市（旧望月町）では、幼稚園・保育園・小学校・中学校・高等学校まで住民が関わって学校支援が進められています。今回はその頑張っている様子をお聴きして、「子どもの良い育ちを目指して」をみんなで考えたいと思います。どなたでも参加いただけます。お誘い合わせのうえ、お出かけください。

▼日　時　2月９日(土)　午後１時30分～午後３時
▼場　所　北御牧公民館（北御牧庁舎２階）
▼講　師　望月教育プラットホーム会長・元御代田中学校校長
　　荻原（おぎわら）　昌幸（まさゆき） 先生

主催　　北御牧地区子ども会育成連絡協議会
後援　　北御牧小学校ＰＴＡ　北御牧中学校ＰＴＡ　北御牧地区青少年補導委員会

●問い合わせ先　生涯学習課　青少年男女共生係（中央公民館内）　☎64－5906

***

まさか！のときの安心のために「東信地区交通災害共済」に加入しましょう。

平成25年度より共済会費と共済見舞金が変わります。

今年度まで
共済会費
　１人500円
共済見舞金
　死亡時　100万円
　入・通院見舞金
　　最高30万円

中学生までの共済会費が300円下がります。

会費
１人　**500円**
中学生までは１人　**200円**

共済見舞金が２割程ＵＰします。

見舞金
死亡時　**120万円**
入・通院見舞金　最高**38万円**

料金後納郵便

〒389-0592
長野県東御市県281-2
とうみアパート101号

東御　太郎　様

(1/2)999

交通災害共済加入のご案内

このはがきを開いた内側に申込書が印刷されています。申込書の太枠で囲まれた部分を記入し、会費を納入してください。はがきを開くときは、矢印の方向にゆっくりと丁寧にはがしてください。

問い合わせ先
東御市役所　市民課　生活環境係
〒389-0592　長野県東御市県281-2
Tel 0268-64-5896（直通）　Fax 0268-63-6908

納付の際は切り離してお持ちください

思わぬ事故に備えて、少ない会費で大きな保証！

まさか！のときの安心と安全のために「交通災害共済」に加入しましょう。

事故にあった場合、起こした場合、また自転車事故なども対象です。

平成25年度から自宅を離れる大学生も加入できます。

「加入申込書」は2月下旬頃郵送します。

加入を希望される方は、内側の申込書に加入内容をご記入いただき、本状を持参して、金融機関へ会費を納めてください。

区や支区の役員の方が各戸へ加入の取りまとめには伺いませんのでご注意ください。

詳細につきましては、２月１日発行のお知らせ版をご覧ください。

●問い合わせ先　市民課　生活環境係（本館１階）　☎64－5896

平成24年度『いきいき子ども講座』作品発表展

☆期間　２月２日（土）～２月11日（月・祝）
☆場所　中央公民館　ロビー
☆内容　「いきいき子ども講座」で学んだ子どもたちの成果を展示いたします。

≪展示講座≫

折り紙が好きな子のための折り紙教室、毛筆習字をやってみよう、季節のお花を生けよう、元気な英語

●問い合わせ先　生涯学習課　生涯学習係（中央公民館内）　☎64－5885

平成24年度　東御市生涯学習市民大学講座④

歴　史　講　座

◆日時：２月９日(土)

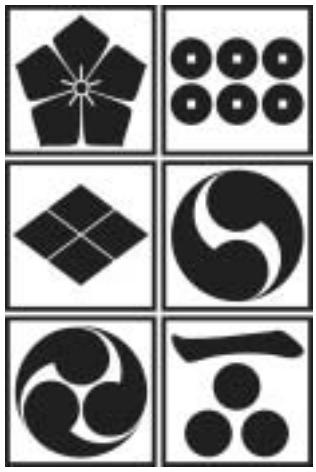
午後１時30分 ～ 午後３時　(開場：午後１時)

◆場所：中央公民館　３階　講堂　**聴講無料**

申込不要　どなたでもご参加いただけます。

◆演題：「武田将士起請文徴集の状況と小県の諸士」

戦国時代の後半、信濃の大半は甲斐の武田信玄の支配下となっていました。その間の永禄10年（1567年）に武田氏の家臣団が、信玄への忠誠を誓って提出し、塩田の生島足島神社に伝わった起請文は80通にものぼり（別に前年提出のものが３通)、国の重要文化財に指定されています。



今までこれらの起請文は具体的にどういう状況下で書かれたのか不明でした。これについては、川中島へと動員をかけられた諸将が、その入口の室賀峠の麓にあり、信玄も出張してきていた岡城（上田市岡）に集結を命じられてのことだったと寺島先生は考えています。

また、旧小県郡関係では祢津氏や海野衆などは起請文を提出していますが、真田氏・丸子氏などのものはありません。これはなぜか？そんな点まで含めてご講演いただきます。

◆ 講師：寺島　隆史 先生　元上田市立博物館館長

プロフィール
東御市滋野桜井在住。東部町誌・上田市誌・真田町誌・望月町誌などを分担執筆。
現在、東御市立図書館主催『古文書講座』講師、東御市文化財保護審議会委員、
上田女子短期大学非常勤講師。

◆主　催／東御市・東御市教育委員会・東御市公民館

●問い合わせ先　東御市教育委員会　生涯学習課　生涯学習係(中央公民館内)　☎64－5885　FAX64－5610

***

TOMI とうみ No.203
市報とうみ お知らせ版
ちきゅうにやさしい とうみし
～この市報「お知らせ版」は再生紙を使用しています～
平成25年１月16日

第8回 消防団音楽隊演奏会

♫日時：２月３日(日)　入場無料
開場：午後１時30分　開演：午後２時
♫場所：東御市文化会館　サンテラスホール

～プログラム～
「ディズニー　マジカルマーチ」
「センチュリア」
「風が吹いている」
ラッパ隊オンステージ　ほか

皆様のご来場を心よりお待ちしています。

♪音楽隊員募集中♪

私たちは、音楽を通じた火災予防広報を目的として、消防行事をはじめ各種イベントに出演しています。
一緒に楽しく活動していただける方を募集しています。
詳しくは下記へお問い合わせください。

●問い合わせ先　総務課　防災係(東御消防署内)　☎62－0119

～一人で悩まず！まずはご相談ください!!～

ご存知ですか？「消費生活専門相談窓口」について

市では、「消費生活の専門相談窓口」を開設しています。消費生活に関する悩みごとやご相談のある方は、窓口へ直接お越しいただくか、電話にてご連絡ください。専門の資格をもった相談員がお受けしますので、お気軽にご相談ください。

＊内　容　消費生活に関する相談
＊相談日　毎週　火・水曜日（祝日を除く）
＊時　間　午前８時30分～正午、午後１時～午後５時
＊場　所　消費生活専門相談窓口(市役所本館１階西側　生活環境係隣)
＊電　話　090－5580－1702　または　64－5896

例えば…こんなことはありませんでしたか？

『訪問販売員がなかなか帰らなかったので、仕方がなく必要のないものを買ってしまった。』
『「無料点検します。」などと言って点検した後、改修工事や浄水器などの購入を早急にせまられた。』
『無料招待券などを配って一か所の会場に人を集め、熱狂的な雰囲気の中で高額商品の契約をさせらた。』
『「商品の注文があったので送る」と電話が突然あり、注文した覚えがないことを伝えても、強引に承諾させられ商品が送りつけられた。』　など。まずは相談しましょう!!

●問い合わせ先　市民課　生活環境係(本館１階)　☎64－5896

この広報は大豆油インクを使用しています。 PRINTED WITH SOY INK