



市報
No.106

とらみ

TOMI CITY
2013
月号
February



● 小中一貫教育が始まります…………… 2～3

● 特集 秋田県美郷町を紹介します……………10～11

わーい 雪だあ!!

1月15日の和保育園 雪あそびのようす

小中一貫教育による 特色ある教育活動の推進 ①

「確かな学力」と
「自立をめざす心と力」を育むために

市では、平成25年度から北御牧小・中学校で小中一貫教育を進めることから、その考え方や推進方法をシリーズでお伝えしていきます。

東御市小中一貫教育に関する基本的な考え方は、次のとおりです。

小中一貫教育とは

小学校及び中学校における義務教育9年間を連続した期間としてとらえた教育課程を編成し、学校間の連携・交流を図ることにより継続的な指導体制および教育環境を整備することです。

一貫教育の必要性

市における学校教育の最重要課題として、学力向上・基礎学力の定着不登校への対応等があります。その解決策の一つに児童・生徒にとって小中学校の学習や生活等のスムーズな移行が行われることにあります。中学校入学と同時に学級担任制から教科担任制へと授業の進め方が変わります。そのため6年生は、中学入学後、教育活動の急激な変化により、小学校の学習内容をうまく活用できないことがあります。また、期待を

持つて入学したものの生活環境の変化にもなじまず、中学校生活に苦勞する生徒も少なくありません。このような状況が続くことで、「いじめ」「不登校の増加」「学力不足」を生み出すことがあげられます。

これらの問題を解消するためにも児童・生徒・職員が地域の支援を得ながら積極的な交流活動を通して義務教育9年間を見通した一貫教育の推進を行います。

東御市小中一貫教育に関する基本方針

- 小中一貫教育を推進するにあたり次の5つの基本方針を定めました。
- (1)義務教育9年間の途切れることのない学習指導
 - (2)教職員・児童・生徒の積極的交流
 - (3)家庭、地域、学校の三者で子どもを育てる学校
 - (4)市内全校での特色ある学校づくり

- (5)小中学校の教職員の相互の連携と協力による一貫教育

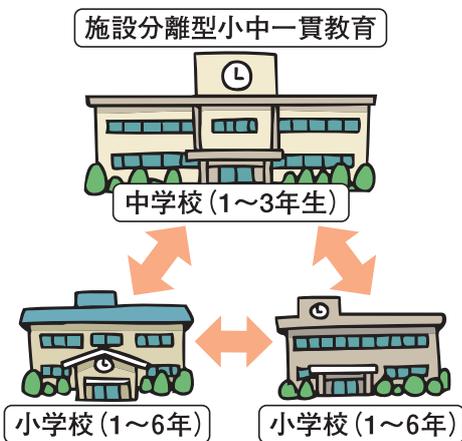
小中一貫教育の形態

小中一貫教育の形態としては、施設分離型と施設一体型があります。

前者は、小学校と中学校の施設がそれぞれ孤立しているものの教育目標やめざす子ども像などを一元化し、一つの学校として機能する形態で、それぞれの教職員、児童生徒が積極的な交流を行いながら教育活動を展開します。

後者は、小学校と中学校の施設、組織・運営を一体化した形態で教職員、児童生徒が同一敷地で日常的に交流を行いながら教育活動を展開します。

本市で進める一貫教育形態は、施設分離型です。



◀小中合同あいさつ運動



▲小中合同演奏ワークショップ

東御市小中一貫教育のめざす児童生徒像

自己のあり方や生き方を考え、自立に向けて力強く生きる児童生徒を育成します。

- (1)「学力の向上」
確かな学力と学び考える力をもった児童生徒を育てます。
- (2)「異年齢交流による豊かな心の醸成」
豊かな心と個性をもった人間力のある児童生徒を育てます。
- (3)「生きぬく力を育む」
未来を拓き、社会で自立していく力をもった児童生徒を育てます。

9年間を見通した小中一貫教育の考え方

9年間連続した教育課程

学びの基礎をつくる時期

小学校 1年	指導の重点 小学校の学級担任のきめ細かな指導により、基本的な生活習慣を確立するとともに、基礎的、基本的な学習内容の定着を図る。 〔2年、4年終了時 学級編制替え〕 (1年生については、保育園、幼稚園との連携をとり入学前に個々への支援を明確にする。)
小学校 2年	
小学校 3年	
小学校 4年	

学びを広げる時期

小学校 5年	指導の重点 小学校から中学校への滑らかな接続ができるよう小中の教員が協働で授業を行い、学習内容の定着や規範意識の醸成に努める。 〔中学入学時 学級編制替え〕
小学校 6年	
中学校 1年	

自己実現に向け学びを深める時期

中学校 2年	指導の重点 まとめの期間として、個性を伸ばすとともに自己実現に向けての力を培い、進路希望を実現させる。
中学校 3年	

家庭や地域との連携

これまでの特色ある学校づくりを継承しながら、PTA、地域諸団体と連携し、家庭、地域、学校が一体となった教育環境づくりを推進します。

- ・ 生き方を学ぶ学習活動
- ・ 地域での体験活動や交流活動
- ・ 地域との関わりによる社会性の醸成
- ・ 学校応援団や地域人材バンクの有効活用

小中一貫教育推進委員会

地域諸団体代表、保護者代表、教職員、教育関係者による一貫教育推進委員会を開催し、進捗状況の確認や学校運営の改善について協議します。

- ・ 一貫教育のあり方検討
- ・ 取組に対する評価の実施
- ・ 学校施設や安全対策の検討
- ・ 地域連携や交流活動の検討

お知らせ 次回は、北御牧小・中学校一貫教育の具体的な施策と点線枠内にあります小中一貫教育推進委員会等についてお知らせいたします。

●問い合わせ先 教育課 学校教育係 ☎64-5879



市政への提言

“私のひとこと”

24年11月実施分



市政への提言「私のひとこと」は、市民の皆さまから市政に対するご意見やご提言をいただき、住みよいまちづくりを進めるために実施しています。

今回は21件の投書をいただいた中から3つのご提言を紹介いたします。なお、紙面の都合により、文章を要約したり文言を一部修正したりしている場合がありますのでご了承ください。

いただいたご提言は、今後の市政運営に活用させていただきます。

提言

ゆうふるTanakaの月会員である友人からの依頼により、要望します。平成24年10月から月1回の休館日が設定されたために、利用できない日があります。会員メリットが低下したように感じているため、ゆうふるTanakaの休館日には他の3箇所の温泉施設を本会員証によって利用させていただきたいです。

回答

市が設置しました市内の4温泉施設は、株式会社信州東御市振興公社を指定管理者として運営し、各施設では利用施設ごと利用料金を定めています。以前から温泉利用部分の半年利用券、年間利用券は4施設とも同じ名称の利用券があったため、平成18年度から徐々に利用料金を統一し全施設で共通

利用できるよう利便性の向上を図り、ゆうふるTanakaでも同年10月にこのサービスを導入しました。

ゆうふるTanakaにつきましては、他の温泉施設には備えていないスポーツジムやスタジオなどスポーツゾーンを設置しているため、利用料金は、同様の形態で運営されている民間のスポーツジム等の料金体系の要素を反映したものと、この施設のみに設けられていた月会員制度を半年・年間利用券とは別に、月利用券として維持することとしました。このことから月利用券は、この施設のみの利用に限定しました。

また、この施設は従来から施設、設備のメンテナンス等で年4日から6日の休館をしておりましたが、施設、設備等の長寿命化を図るため、平成24年10月から月1回休館しメンテナンスを行うこととしました。これにより、大規模で突発的な修



繕等を未然に防ぐことができることも、経年による痛み等が出ている機器などについても、毎月の休館日に定期点検を行うことにより計画的に修繕やメンテナンスを行え、長寿命化が図られます。

また、月に一度の休館日を利用し、集中的に清掃業務等にも努められ、従来にも増して清潔感のある空間をお客様に提供できると考えております。

以上の事情をご理解いただきまして、今後もゆうふるTanakaのご利用をお願いします。

なお、ご友人が温泉のみの利用であれば半年・年間利用券の利用をお勧めします。

提言

大人でも英語に触れ合う機会があれば良いと思います。例えば、ALTとの交流会や学習会を設けるなど、是非ネイティブの方との交流の機会をつくっていただきたいです。

回答

東御市には、東御市アメリカ姉妹都市友好協会という組織があり、その主な事業として、中高生のホームステイ派遣事業、国際交流の集いの開催、通訳サークル活動等を行っています。

国際交流のつどいにつきましては、協会内の国際交流サークル「うえぶ」が中心となり、毎年2月頃に「異文



文化交流サロン」を開催しています。これは、市内学校のALTや市内在住の海外出身者を講師として、最近話題となっている出来事などをテーマに日本と外国の文化や習慣の違いなどの意見交換会と交流会を行っています。市報お知らせ版で参加者を募集いたしますので、是非ご参加ください。

また、通訳サークルでは、初級と中上級英会話教室を市内のALTを講師として月1回実施しています。こちらは、協会員対象の教室です。このように、東御市アメリカ姉妹都市友好協会では、様々な事業を実施していますので、是非協会に加入していただき、国際交流事業へのご協力をお願いします。

なお、友好協会の事務局は生涯学習課生涯学習係が担当しておりますので、ご不明な点はお問い合わせください。

提言

私の家では犬を飼っており、いつも市外のドッグランを利用しています。空いている土地を活用してドッグランを作っていただければ、利用する人も多いと思いますので、是非東御市にもドッグランを作ってください。

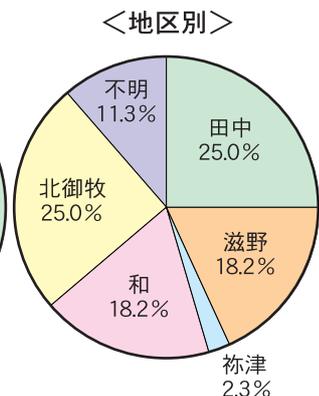
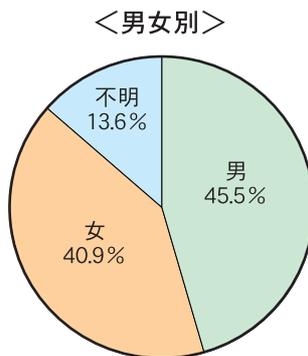
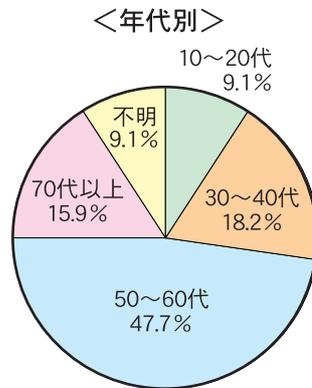
回答

ドッグランは、飼い犬のリードを外して、自由に運動させることができる施設で、県内でも人と犬が互いに気持ちよく利用できるレクリエーション空間として、公園やサービスエリアなどに開設されています。

ドッグランの設置により、飼い主同士のコミュニケーションが図られたり、公園などの施設の賑わいが増したりする一方、設置にあたっては、他の施設利用者や近隣住民の理解、衛生面の配慮、利用者の基本的マナーなどが必要になります。今のところ、市としてドッグランを設置する予定はありませんが、このような状況や住民の皆さんの要望を見極めながら、必要に応じて検討したいと思います。

平成24年度の集計結果

平成24年度の「市政への提言 私の一したこと」は、6月と11月に実施し、計44件のご意見やご提言が寄せられました。提言者の年代別等は、次のグラフのとおりです。



皆さんの声を聞かせてください

市では、市民の皆さんから市政に対するご意見やご提言をいただき、市政運営に反映できるよう、市民の皆さんの声をお聴きする「広聴活動」を行っています。

「市政への提言「私のひとこと」」は、毎年6月、11月の年2回実施しています。

また、直接市民の皆さんから市政に対するご意見・ご要望をお寄せいただく場として、「ふれあい市長室」(5月、8月、11月、2月の年4回)や「まちづくり懇談会」(平成25年度

は5月頃開催予定)を開催していますので、お気軽にご参加ください。(開催日程等については、市報お知らせ版や市ホームページで事前にお知らせしますので、ご確認ください。)

市民の皆さんと共に、今後さらに住みやすいまちづくりを推進するため、皆さんの貴重なご意見をお待ちしています。

● 問い合わせ先
企画課 企画政策係
☎ 64-5893

『きれいな川をいつまでも大切に』 市内主要河川水生生物調査の結果

河川の流れの中へ直接立ち入り、生物を採取する。そこで採取した生物により、その川の水質を判定するのが「水生生物調査」です。調査現場で採取した生物の中から、川の水質を示す「指標生物※下表」の種類と数により判定が行われます（環境省・国土交通省ガイドライン参考）。

この調査では、採取された生き物がその環境に暮らし続けていること、すなわち、その水質が継続されていることが証明でき、本年度で3年目となりますが、今後も継続していくことが大切とされています。

■13地点調査中、 11地点で「きれいな水」 東御清翔高校生23名が調査

本年度も東御清翔高校二年生の23名が、「地域と環境」の授業の中で調査を行いました。調査地点は昨年と同地点、計13地点で行いました。県の環境保全研究所の職員から調査の方法などを学び、長野大学（上田市）環境ツーリズム学部の学生の皆さんに調査協力をいただきながら、7月から11月にかけて川へ出向き、川底を網ですくったり石をめくったりして水生生物を採取し、その結果を「報告書」にまとめました。

水質の判定には、採取できた指標生物の種類と数、その生物が示す次の4段階に分けました。



▲調査のようす

- ・きれいな水 (水質階級Ⅰ)
- ・少しきたない水 (水質階級Ⅱ)
- ・きたない水 (水質階級Ⅲ)
- ・大変きたない水 (水質階級Ⅳ)

判定の結果は、「きれいな水」が11地点、「きたない水」が2地点となり、ほとんどの調査地点から「きれいな水」を示す指標生物が採取できたことから、水質は昨年度に引き続き良い状態であると判断しました。

調査地点と判定結果は、7ページに掲載しています。

■河川の環境保全は 地域が一丸となって

調査報告書の作成

結果は「調査報告書」にまとめられ、花岡市長へ報告を行いました。報告会で生徒たちは、地点ごとの判定結果や川の流れの強さ、川底のぬめりなど川の中に入った時のようすを報告し、「川を守るため普段の生活を見直したい。地域全体で川を大切にしていく必要がある」と感想を述べました。また、担当の小林俊文教諭は「生徒たちに環境を大事にしたいという思いが生まれた。報告書を見ていた方にも広がってほしい」と調査を振り返りました。

調査報告書は、河川環境について多くの方に知ってもらいたいという願いから、市内の小中学校や地区公民館へ配布しました。また、市立図書館や市民課生活環境係でもご覧いただけます。

※表 指標生物

<p>大変きたない水 (水質階級Ⅳ)</p> <p>アメリカザリガニ、サカマキガイ、エラミミズなど5種類</p> <p>▲エラミミズ</p>	<p>きたない水 (水質階級Ⅲ)</p> <p>タニシ、ヒル、ミズムシ、ミズカマキリなど7種類</p> <p>▲ヒル</p>	<p>少しきたない水 (水質階級Ⅱ)</p> <p>カワニナ、ゲンジボタル、コオニヤンマなど9種類</p> <p>▲カワニナ</p>	<p>きれいな水 (水質階級Ⅰ)</p> <p>カワゲラ、サワガニ、ヒラタカゲロウ、ヘビトンボなど9種類</p> <p>▲ヘビトンボ</p>
---	---	---	---

●問い合わせ先
市民課 生活環境係
☎6415896

水生生物調査 位置図と判定結果

判定結果



- きれいな水
- 少しきたない水
- きたない水
- 大変きたない水

- …………調査地点
- ◎…………主な公共施設
- …………調査した河川名
- …………その他の河川名



長野県・新しい公共の 場づくりのためのモデル事業

「東御の子ども」 元気な育ちを支える ネットワーク」の取り組み

この取り組みは、公益財団法人身体教育医学研究所、特定非営利活動法人東御市体育協会、社会福祉法人みまき福祉会、東御市子育て支援課、東御市教育委員会、田中小学校、長野県次世代サポート課、長野県教育委員会スポーツ課が協力し、有識者や地域の力を借りながら、平成23年の秋から約1年半の間、活動してきたものです。

この活動は、地域の方々からご理解いただき、共感していただける仲間を増やしながらかま長く続く活動にしていきたいです。



なぜ
はじめたの？

昔に比べると、子どもたちが自ら進んで外で元気に遊ぶことが少なくなってしまうました。本来外遊びで育まれる体力や身のこなし、体験を通して培われる自主性や自信、そして、人と人との関係づくりなど、育ちに必要な経験を積み重ねるチャンスを失ってしまっていることが心配されます。しかしこれは、子どもたちが育ちやすい環境をつくっていない大人や社会

きずなを育もう



どんなことを
やったの？

に責任があるのではないかと思ひ、子どもたちが伸び伸びと育つ環境を地域ぐるみで再びつくり上げる必要があると考えました。

子どもたちは、親子の関わり、地域の交わり、園や学校での様々な活動や学びなどを通して育っていきます。そのいろいろな場面で子どもたちが育つチャンスとなる遊びのきっかけを作ることが重要と考え、いくつかの具体的な取り

②保育園での運動あそび



月1回の運動あそびを市内の全公立保育園で始めてまもなく4年が経過します。

これも、子どもたちが大人の指示で「動かされる」のではなく、子どもたち自身が「動きたくなる」働きかけとなるような工夫を重ねてきました。

園の先生たちが運動あそびを日々の保育に取り入れたり、保護者参観で運動あそびを紹介して家庭での遊びにも活かされるように働きかけたりと、東御らしい“子育て”支援の一つとして定着しており、多くの方たちから関心を持っていただいています。

①森の中で親子の関わりを育む

～里山探検サークル・キラキラの取り組み～



未就園の2～3歳の子どもとその保護者が、月に2回、里山（四季の森）で「お散歩」し、その中で子どもたちが興味を抱いて自ら始める遊びに、保護者やスタッフが寄り添いながら時間を過ごす活動で、特別なプログラムはありません。

森の自然が子どもの関心や意欲を引き出しくれますので、そこで巻き起こる子ども同士や親子間の関わりを大切にしています。

組みを始めました。ただし、大人がお膳立てして「遊ばせる」という子どもたちにとって受け身なものではなくて、子どもたちが自ら主体的に「遊ぶ」ことを、全ての活動において最も大切にしていきます。



「どんないいことがあったの？」

キラキラ参加の保護者からは、「毎回山歩きを楽しみ、気がつく」とヘトヘトに疲れてはいるのですが、気持ちは明るく、ぐっすり眠り、回復し、の繰り返しで体力をつけることができました。それが子の自信につながっているように見えます。」ドキドキ参加の子どもの保護者からは、「ドキドキ参加後は：一言で終わることなく、どんどんあふれる様に話してくれます。よい成長につながっていることを実感しています。」といった前向きな感想を寄せていただきました。園や学校での活動についても、子どもたちがイキイキと取り組んでいる、子どもへの関わり方の参考になる、といった感想を生方からいただいています。こう

外あそびを通して、子どもたちのからだ・こころ。

した実感が、体力の向上や社会性の獲得といった、子どもたちのよい良い育ちに現れるかどうかの検証を、今後長期的に行っていきたいと思います。



「これからどうするの？」

小学校でのしかけづくりは、市内の他校にも情報を提供して、活用していただけるように取り組みます。

森での活動は、身近な自然の中でも活動ができて、より多くの子どもたちが参加できるようになることを望んでいます。そのためには、森の整備や、子どもたちの活動の見守り、といった地域の方々の協力や活動を維持するための資金的支援（スポンサー）も不可欠になってきます。興味のある方は、ネットワーク事務局までぜひご一報ください。

● 問い合わせ先

東御の子どもの元気な育ちを支えるネットワーク事務局
(公益財団法人
身体教育医学研究所内)

☎ 61-6148

④ 小学校での遊びたくなる しかけづくり

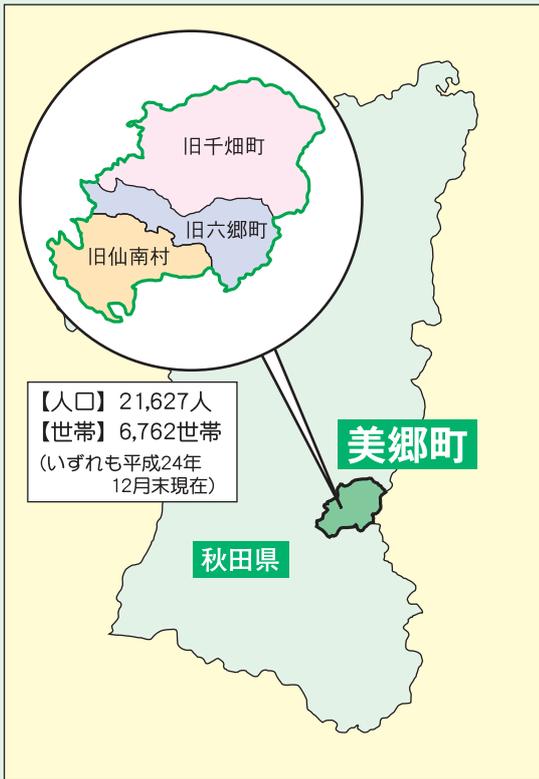


田中小学校の協力により、今年度は、器械運動につながる体育館での遊び環境（サーキット）づくり、6年生が考えた遊具を活用した遊びのアイデアの掲示（看板づくり）、体育の授業をより良くするための先生たちとの勉強会や準備体操プログラムの作成などを行いました。学校は子どもたちが最も多くの時間を過ごす場所ですので、からだを動かして遊びたくなるしかけづくりはとても有効です。

③ 森の中で子どもが思い切り遊ぶ ～里山探検活動・ドキドキの取り組み～



年中児から小学校1年生までの子どもたちが、月に2回、里山（四季の森）で活動します。これも特別なプログラムはありませんが、森の自然の中で、木登り、岩登り、水遊び、秘密基地づくりなど、子どもたち自身が興味を持って遊びこめる時間で、からだを動かすことに苦手意識があっても、楽しみながらどんどん動ける、そんな機会になっています。



【町の概要】 秋田県美郷町は「平成の大合併」秋田県第1号として、平成16年11月1日に旧千畑町、旧六郷町、旧仙南村の2町1村が合併して誕生しました。秋田県南部に広がる仙北平野の南東部に位置しており、東は奥羽山脈を境にして岩手県に、南は横手市、北・西は大仙市にそれぞれ接しています。

総面積は168.36平方キロメートルで、東西に約14キロメートル、南北に約20キロメートルの広がりをもっています。西側は標高40メートルから50メートルの発達した扇状地であって、豊かな土壌に恵まれた県内有数の穀倉地帯を形成しています。

環境庁（当時）の名水百選にも認定された六郷湧水群を筆頭に、美郷町内には大小126もの清水が存在し、人々の暮らしを支えています。江戸時代の紀行家・菅江真澄の「月の出羽路」にはニテコ清水や星山清水、清水川のほか多くの清水が登場しており、古くから水の豊富な地域であったことがうかがえます。

古来より、人々は水に恵まれた場所を選んで居住し、歴史を紡いできました。豊富な地下水に恵まれた美郷町もその一つです。平安時代後期に奥州と羽州で勢力を誇った清原氏の血族争いに源義家が介入して起こったと伝えられる後三年合戦。その戦いの舞台が横手市と美郷町にまたがっていることから、美郷町内にも

数々の伝説が伝えられています。この歴史を伝え、より一層の交流を図ることを目的として、平成24年4月に「美郷町と横手市との後三年合戦文化に関わる交流連携協定書」を調印し、地域が一体となって様々な取り組みを始められています。

特集 深まる交流 美郷町を紹介します

長野県東御市と秋田県美郷町…

互いの友好都市である東京都大田区を通じ深めてきた絆。

平成23年には「災害時における東御市と美郷町との相互応援に関する協定」の締結、来る平成25年2月には美郷町から訪問団が東御市を訪れ、さらに交流が深まっていくことが期待されています。

ここでは美郷町について紹介していきます。

美郷町との出会い

東御市と美郷町の出会いは平成20年までさかのぼります。きっかけとなったのは、互いが友好都市提携を結んでいる東京都大田区によるものでした。

東御市と大田区との交流は皆さんもなじみがあると思いますが、市内温泉施設の一つである「大田区休養村とうぶ」の建設をきっかけに始まり、平成8年の旧東部町（当時）から友好都市として、「OTAふれあいフェスタ」「巨峰の王国まつり」などを通じて、交流を深めてきました。一方で秋田県美郷町は、大田区にある地区と同名の地区があり、そのことをきっかけに交流を深め、平成17年に大田区と友好都市となりました。

こうして大田区との間に両市町がそれぞれに友好都市関係を結びました。

そんな美郷町と東御市の交流がスタートしたのは「友好都市ふれあいひろば」からでした。

「友好都市ふれあいひろば」は平成20年から始まったもので、大田区JR蒲田駅西口駅前広場にブースを設け、大田区と友好都市となっている両市町の各種団体の協力を得ながら、それぞれの特産品を販売し、またステージ上で観光スポットのPRなどを行っています。

【主なイベント】

ラベンダーまつり（6月下旬～7月上旬）写真1

大台野広場の一角にある面積約2haのラベンダー園に、約2万株のラベンダーが可憐な花を咲かせます。

まつり期間中の園内ではラベンダーの摘み取り体験のほか、美郷町生まれの白色ラベンダー「美郷雪華」をご覧ください。



1

六郷のカマクラ（国指定重要無形民俗文化財）写真2、3

2月11日 蔵開き、天筆書き初め

2月11日～2月15日 鳥追い行事

2月15日 天筆焼き、竹うち

六郷のカマクラは、農耕予報に宮廷行事の左義長が取り入れられた、六郷地区に古くから伝わる小正月行事です。「蔵開き」、「天筆書き初め」、「天筆掲揚」、「鳥追い」、「天筆焼き」、「竹うち」などの一連の行事を総称して「カマクラ」と言い、昭和57年には国の重要無形民俗文化財に指定されました。

豊作や安全繁栄を祈る“年ごい”と、凶作や不幸を除去する“悪魔祓い”、その年の吉凶を占う“年占い”が一体となり、2月11日から2月15日までの5日間にわたって行われます。



2



3

【特産品】

地酒 写真4

名水百選にも認定され、清水の郷として知られる美郷町六郷地区では、江戸時代には19軒の造り酒屋があったと伝えられています。現在でも3軒の酒蔵が営業しており、厳選した米と名水、蔵人の技で美郷の地酒を醸しています。冷酒から熱燗まで、幅広く楽しめる逸品ぞろいです。



4



5

ニテコサイダー 写真5

戦前には、六郷地区に4軒のサイダー会社が営業していました。現在は、ニテコサイダーが昔ながらの味を伝えています。ほんのりとした甘さと優しい炭酸が好評です。

美郷まんま 写真6

奥羽山麓で大切に育てられた黒毛和牛と、地元の食材をふんだんに使った旨い「まぜご飯」です。



6

防災協定の締結

以降、「友好都市ふれあいひろば」を通してのみの交流でしたが、平成23年10月15日、両市町の交流の契機となった大田区において「災害時における東御市と美郷町との相互応援に関する協定」を締結しました。東日本大震災を契機に防災計画を見直したなかで、地理的な関係などを踏まえ、それまでの関係を活かそうという事で締結されました。

協定には、大規模災害が発生した場合、互いに救援物資を送り届けたり、被災した皆さんの避難の受け入れ活動などをすることが明記されています。

美郷町とのこれから

発行日現在、美郷町とは先の協定の締結のみですが、今後は各団体や住民同志などを含めて交流が活発化していくものと考えられます。

2月6日には美郷町から松田知己町長を始めとする訪問団の皆さんが東御市を訪れ、市内各地を視察する予定となっています。

市としてもまずは東御市について、理解を深めていただき、さまざまな形での交流に進展していけたらと期待しています。

進めよう男女共同参画

一人ひとりが輝いて
暮らせるまちをめざそう

今回は、東御市男女共同参画推進基本計画の基本目標3を紹介します。

基本目標3 「学習会等の充実」

市では男女共同参画社会の実現のため、主体的に活動し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と連携し、講演会・懇談会を開催するなど、男女共同参画を推進しています。市民の皆さんの男女共同参画への理解は深まりつつありますが、市の審議会等委員の女性の割合は平成24年4月時点で27・9%に過ぎないなど、未だに女性の参画が進んでいない分野が多くあるのも事実です。

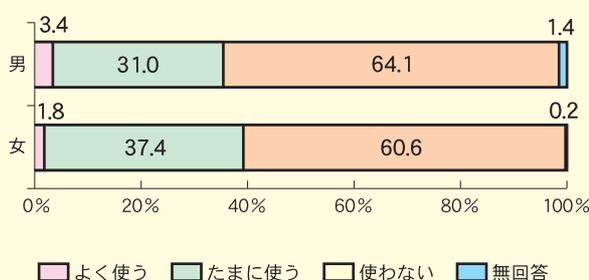
これから社会のすみずみまで男女共同参画が浸透し、男性も女性も社会のあらゆる場面で活躍でき、誰もが意欲を持って暮らしていける、本当の意味での男女共同参画が実現できるよう、更に学習していく必要があります。

基本目標3「学習会等の充実」では、男女共同参画の視点に立った教育を推進するとともに、学習会や講座等を開催し、男女共同参画意識の

啓発に努めることとしています。

市民意識調査から

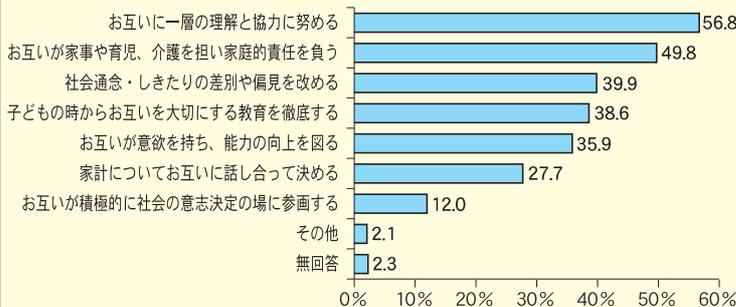
表1 「男のくせに」「女のくせに」という言葉を使いますか？



平成21年度「東御市男女共同参画に関する市民意識調査」(表1)をみると、「男のくせに」「女のくせに」という言葉を「よく使う」と回答した人は男性3・4%、女性1・8%、「たまに使う」は男性31・0%、女性37・4%でした。「男のくせに」「女のくせに」という言葉は固定化した

男女の役割分担意識に基づくものとも思われます。このような意識は男女共同参画社会実現の妨げとなっています。

表2 男性と女性が共に活かし合うにはどんなことが必要だと思いますか(3つまで)



「同調査」(表2)の男性と女性が共に活かし合うにはどんなことが必要かと思うかについては、「お互いに一層の理解と協力を努める」と回答した人が56・8%と最も多く、「お互いが家事や育児、介護を担い家庭的責任を負う」が49・8%、「社会通念・しきたりの差別や偏見を改める」が39・9%、「子どもの時からお互いを大切に教育を徹底する」が38・6%で続いています。このことから、

市民は男女が共に活かし合い主体的に社会参画するために、意識改革やそのための教育の場が必要と考えていることが分かります。

計画の推進

市民意識調査の結果を踏まえて市では、男女共同参画意識を啓発するために学習会や講座を積極的に開催していきます。また、学校では男女共同参画意識を育むように男女平等観に根ざした教育を推進します。さらに、男女共同参画推進に取り組む市民団体を支援するとともにリーダーの養成を進めます。

男女が協力し合い一人ひとりが輝いて暮らせるまちとなるよう、皆さんのご理解ご協力をお願いします。



▲昨年の男女共同参画講演会のような

●問い合わせ先

生涯学習課 青少年男女共生係
☎64-5906

緊急!!

悲惨な事故を繰り返さない

12月26日、浅間サンライン下大川信号西方交差点において原付バイクと中型トラックの衝突事故が発生し、原付バイク運転手が死亡する事故が発生しました。

市民の皆さんも死亡事故、重大事故に遭われない、また発生させないためにも、交通法規の遵守とともにあらためて次のことに気を付けてください。

- ◇不注意運転による事故が増加しています。運転に集中し事故防止に心がけてください。
- ◇車や自転車のライトは早めに点灯するようにしてください。
- ◇歩行者のみなさんは反射材を活用し、交通事故防止に心がけましょう。
- ◇運転者も、「歩行者はいないだろう!?!」ではなく「いるかもしれない!」という意識で運転するようにしましょう。
- ◇最近、高齢者の事故が多発しています。夜間の外出はなるべく避け、出かける用事がある時は日が明るい内に済ませてしましましょう。
- ◇また、夜間外出する際は反射材を使用したり、明るい服装に心がけ、車の運転手から発見しやすい服装で外出するようにして下さい。

●問い合わせ先

市民課 生活環境係 ☎64-5896

平成25年度採用予定の市職員を募集します

1 試験区分、採用予定人員及び受験資格

【病院専門職】

試験区分	採用予定人員	受験資格等
看護師	若干名	看護師の資格を有している者
助産師	若干名	助産師の資格を有している者

2 申し込み方法

(1) 提出書類

- ① 採用試験受験申込書
- ② 履歴書
- ③ 写真2枚(提出書類①及び②へ貼付してください。)
- ④ 資格証明書の写し

(郵送の場合、締切日当日消印有効)

4 試験日等(予定)

- (1) 試験日
平成25年2月25日(月)
- (2) 場所
東御市役所
- (3) 試験内容
適性検査、小論文、個人面接

(2) 申込書・履歴書用紙の請求
申込書等は、市総務課に直接請求するか、市のホームページから用紙をダウンロード(A4サイズの普通紙に片面印刷)してお使い下さい。

※詳しくは、総務課配布の採用試験要領または市のホームページでご覧ください。

3 受付期間

平成25年2月1日(月)から2月15日(金)までです。

●申込書提出・問い合わせ先

総務課 総務係 ☎64-5876

東御市職員の給与などの状況を報告します

1. 人件費の状況 (平成23年度一般会計決算額) 2. 職員給与費の状況 (平成24年度一般会計当初予算の数値)

区分	住民基本台帳人口 (4月1日現在)	歳出計 (A)	人件費 (B)	人件費率 (B/A)	職員数 (A)	給与費				1人当たりの 給与費(B/A)
						給料	職員手当	期末・勤勉手当	計 (B)	
23年度	30,955人	14,432,946千円	1,976,675千円	13.7%	243人	881,048千円	124,720千円	316,167千円	1,321,935千円	5,440千円

※人件費には、特別職に支給される給料、報酬等も含まれます。

※職員手当には、退職手当は含まれません。

3. 職員給与水準の状況 (平成23年度ラスパイレ指数) 4. 職員の平均給料月額及び平均年齢の状況 (平成24年4月1日現在)

東御市	県内市平均	全国市平均
96.7	97.7	98.8

※ラスパイレ指数とは、国家公務員の給与を100とした場合の地方公務員の給与水準を表す指標です。

区分	東御市		県内市平均	
	平均給料月額	平均年齢	平均給料月額	平均年齢
一般行政職	318,168円	42歳10月	325,896円	42歳3月
技能労務職	271,852円	47歳0月	322,789円	47歳1月

5. 職員の採用及び退職の状況

	23年度退職者数	24年度採用者数	増減
人数	11人	18人	7人

※24年度採用者数は、平成23年度における中途採用者及び平成24年4月1日付採用者の合計数です。

6. 期末・勤勉手当の状況 (平成24年度支給割合)

	期末	勤勉	計
6月期	1.225月	0.675月	1.90月
12月期	1.375月	0.675月	2.05月
計	2.60月	1.35月	3.95月

※職務の級等による加算措置有

7. 不利益処分に関する不服申し立ての状況 (平成23年度)

区分	件数
勤務条件に関する措置の要求の状況	0件
不利益処分に関する不服申し立ての状況	0件

8. 福利厚生事業の状況

年度	福利厚生事業費総額(千円)		主な事業費内訳 (千円)
	職員1人当たり 事業費(円)		
23	9,427	19,083	職員互助会補助金 2,779 職員健康診断事業 4,275 職員厚生研修事業 1,650

※職員1人当たりの事業費は、常勤の臨時職員を含む4月1日現在の人数で算出。
(病院、消防及び上下水道事業職員除く。)

※法定福利費は含まない。

9. 部門別職員数の状況 (各年4月1日現在)

区分	部門	職員数		対前年 増減数
		平成23年	平成24年	
一般行政部門	議会	2	2	0
	総務	53	51	△2
	税務	15	15	0
	民生	74	75	1
	衛生	25	25	0
	農林	14	15	1
	商工	9	9	0
	土木	19	20	1
	小計	211	212	1
特別行政部門	教育	27	27	0
公営企業等 会計部門	病院	82	88	6
	水道	6	6	0
	下水道	8	8	0
	その他	11	11	0
	小計	107	113	6
合計		345	352	7

※職員数には、教育長を含みます。

●問い合わせ先 総務課 総務係 ☎64-5876

税のワンポイントアドバイス

個人市県民税の寄附金税額控除が

拡充されました

寄附金税額控除制度

について

個人市県民税の寄附金税額控除を受けるためには、次の条件を満たす必要があります。

長野県と東御市では民間公益活動の推進を図る観点から、長野県県税条例および東御市税条例を改正し、税額控除の対象となる寄附金を拡大しました。これにより、個人の方が特定公益増進法人、認定特定非営利活動法人等へ寄附金を行った場合には、寄附者の個人市県民税額から一定額が控除されます。

この制度は、平成24年1月1日以降に支出された寄附金について適用されます。

対象となる法人について詳しくは、長野県税務課のホームページをご覧ください。

長野県ホームページ

<http://www.pref.nagano.lg.jp/soumu/zeimu/siteikifukin/>

① 寄附をした翌年の3月15日までに

所得税の確定申告を行うこと（所得税が課税されない方は住民税申告を行うこと）で、個人市県民税の寄附金税額控除を受けることができます。

② 寄附をした年の翌年1月1日現在

において東御市内に住所を有すること（個人市町村税は各市町村の条例で指定している場合に限って税額控除の対象となります。県内市町村へ転出された場合は、お住まいの市町村税務担当課にお問い合わせください）。

なお、申告には寄附をした際に受け取った寄附金受領証明書が必要です。

※寄附先が学校法人や特例民法法人の場合には、特定公益増進法人である旨を主務官庁が証明した書類の写しの添付をお願いします。

原付。軽自動車の手続きはお早めだ!!

軽自動車税は毎年4月1日現在で軽自動車等を所有している人に1年分が課税されます。すでに乗っていない車の廃車、名義変更等はお早目に手続きを行ってください。3月末は取扱窓口も大変混雑が予想されますので、お早めの手続きをお勧めします。

※内容により必要な持ち物が異なりますので、取扱窓口で電話確認のうえ手続きを行ってください。

● 問い合わせ先

税務課 住民税係
☎ 64-5877

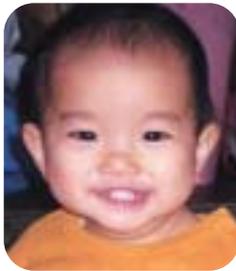


車 種	取 扱 窓 口
*原付 (125cc 以下のバイク) *小型特殊自動車 *農耕作業用 (トラクターなど) *特殊作業用 (フォークリフトなど)	税務課住民税係 (市役所本館) TEL : 0268-64-5877 総合支所地域振興係 (北御牧庁舎) TEL : 0268-67-3311
軽自動車 * 126ccから250cc 以下のバイク * 3 輪車 * 4 輪車	長野県自家用自動車協会 上小支部 (上田市) 〒386-0002 上田市住吉65 TEL : 0268-22-0595
250ccを超えるバイク (及び普通自動車)	北陸信越運輸局 長野運輸支局 (長野市) 〒381-8503 長野市西和田1丁目35番4号 TEL : 050-5540-2042

すくすく育つとうみっ子!!



誕生日おめでとう! (2月生まれ)



いちむら さくや
市村 朔也くん(新屋)
(1歳、H24. 2. 3生)

朔也♥お誕生日おめでとう!! 2人のお兄ちゃんのマネが大好きでとってもやんちゃな朔ちゃん。たくさん食べてくれる姿には、たくましさを感じます。これからもたくさん食べて元気に大きくなあれ!



くぼた はると
久保田 晴斗くん(城ノ前)
(1歳、H24. 2. 5生)

はーたん、1歳のお誕生日おめでとう♥パパもママも、ねえねもにいにもはーたんの笑顔が大好きだよ! これからも兄弟仲良く元気に育ててね♥



さとう もか
佐藤 萌椿ちゃん(大石)
(1歳、H24. 2. 6生)

お誕生日おめでとう!! 愛らしいしぐさにニコニコ笑顔♥パパもママもメロメロです。いっぱい遊んで、いっぱい食べて大きくなろうね♥



さとう みゆ
佐藤 未優ちゃん(片羽)
(2歳、H23. 2. 10生)

2歳おめでとう☆頑固なところもあるけど、普段はおっとり優しく家族の癒し的存在のみゆちゃん♥これからも兄いにと仲良く、自分のペースでゆっくり大きくなあ〜れ!!



せき あつと
関 篤人くん(常田)
(2歳、H23. 2. 15生)

2歳の誕生日おめでとう! 最近は急におしゃべりも歌も上手になってきたね。健康でたくましく、思いやりのある子に育ててね。



こじま るあ
小嶋 麗杏ちゃん(加沢)
(2歳、H23. 2. 19生)

るーっちゃん♥♥2歳おめでとう!! 毎日お姉ちゃんとお兄ちゃんの後を追いかけて、真似して、良く笑って、元気いっぱいだね。これからの成長楽しみにしてるよ♥



みやした しゅんや
宮下 隼弥くん(東上田)
(3歳、H22. 2. 2生)

しゅんちゃん!! 3歳おめでとう♥兄いにといっぱい走り回って元気なしゅんちゃん。時には大ゲンカすることもあるけれど、兄いにと同じこと、兄いにとことが大好きなんだよね♪これからもいっぱい笑って過ごそうね♥



やまだ こうき
山田 煌己くん(羽毛山)
(3歳、H22. 2. 22生)

煌己3歳おめでとう!! 今年は保育園だね。家でもお兄ちゃんになる今年は沢山成長して強くなってね!!



しま せい太
志摩 誠太くん(田中)
(3歳、H22. 2. 24生)

3歳のお誕生日おめでとう♥ひょうきんな誠ちゃん、いつもみんなを笑顔にしてくれるね! おしゃべりも上手になり、これから益々成長が楽しみです♪

☆募集しまあ!!☆

(対象者 3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、2月12日(火)必着。なお、締め切りを過ぎたものについてはいかなる場合も受け付けられませんので、ご了承ください。

学校だより



田んぼの学習から 学んだこと

北御牧小学校五年
高橋 響希

この一年間、ぼくたちは田んぼの学習をずっとやってきました。ぼくは、田んぼの学習がずっといやでした。でも、さまざまな作業をしていると、米農家の方の大変さがわかってきました。特に一番やりがいがあったのは稲かりでした。稲かりはとても大変な作業で、手でかりとった稲をひみでしばっていくのですが、どうしてもゆるくなったり稲がきれいにそろっていないかったりして、何度も同じことをくり返していました。作業を始めてから一時間もすると、そのような事も無くなってきました。でも、やはりなれてくると、少しゆるみが出て来て、稲の束をさかさにすると、ドバツとかなりの稲がぬけてしまいました。そして、

「あーあ、稲は落ちるし、穂はどろでよこれるし大変だよ」と言いながら、もう一度しつかりむすんで次の束へ：とやっている内にすべての稲をかり終えていました。やはり、米作りはとても大変だなあと思いました。でも、苦労した分だけ、自分たちで作ったお米はとてもおいしかったです。お米だけではなく、どんな物でも、自分で作る物はおいしんだなあと思いました。何度か、米の収穫はやった事があるけれど、どこよりもやりがいがある、楽しくできました。また来年もやりたいです。

この一年間、ぼくたちの米作りを支え、一つひとついねいに教えてくださった直井先生そして、田んぼにも感謝してお米を食べていきたいです。今回の米作りで、こんなにも大変で、でも、楽しいことだということが分かって良かったです。来年も米作りをやりたいです。

一学期の反省と

三学期の抱負

東部中学校二年

花岡 遼太

私の二学期の反省は二つあります。一つ目は「授業に取

り組む姿勢」です。これまで自分はどの授業でも多くの発言をしてきました。それは授業を深めていく上で、大変重要だと思うからです。しかし私は発言が多い反面、発言するタイミングではない所で発言したり関係のないことまでも発言してしまい、結果として授業がストップしクラスのみんなに迷惑をかけてしまうこともありました。三学期は自分が置かれた時と場を考え、先生の話をしっかりと聞いて「はじめ」をつけ、意味のある発言ができるように心がけ、

良い雰囲気の中で、内容の濃い授業にしていきたいです。二つ目は、「的確な判断力」です。落ち着いた学校生活を送っていく上で、「的確な判断」はとても大切ですが、今の自分には、その「判断力」が不十分だと思います。特に「善悪の判断」です。今度、私は二年一組のルーム長になります。また、野球部でも先輩方から引き継いだ後、副部長をやらせていただいています。クラスや部活でも、リーダーとして先頭に立って活動する立場にいます。つまりク

ラスや野球部が良い方向にいか、悪い方向にいかかは、自分の行動や働きが全て、だと思います。だからこそ、良いことは良い、悪いことは悪いとはつきりと注意し、どんな時でも冷静に判断していける「判断力」を身につけていきたいです。

おいしい くわいーくわいー ☆野沢菜漬の粗煮

野沢菜漬の食べ方も家庭によりいろいろある様です。今回は野沢菜漬のアレンジ料理を紹介いたします。

●材料（4人分）

- 野沢菜漬け……………200g
- 板粕……………1枚
- 砂糖……………大さじ1
- みりん……………大さじ1
- しょう油……………少々
- サラダ油……………少々

●作り方

- ①野沢菜漬けを2〜3cmの長さに切る。
 - ②少し塩気が残る程度に塩抜きをする。
 - ③鍋に移し、少量の油で炒め、ひたひたの水で煮る。
 - ④しょうゆ・砂糖・みりんを味をつけ、板粕を細かくちぎり一緒に煮込む。
- 粕が全体に混ぜ合わさったら火を止める。



野沢菜漬けは家庭により塩加減が異なりますが「日本食品標準成分表2010」によると、1食40gにおよそ1gの塩分が含まれています。おいしくても、食べ過ぎに気を付けましょう。

●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)
☎6418883

元気発信！子育て施設 北御牧児童館の話題



▲お楽しみ会

放課後になると、鹿曲川の風に乗って子どもたちの声が聞こえ、力強い足音とともにたくさんのお友達が駆け込んできます。北御牧児童館は子育て支援センターが併設し、平日には120人前後の幼児から小中学生の皆さんが来館しています。

児童館では毎月行事を行っています。参加できるような日程や内容に工夫を重ねています。今年度の夏休みにはボランティアの皆さんと「リサイクル工」に取り組み、1つの牛乳パックで3つのおもちゃを作りました。グループごとの制作では助け合う姿がみられた



▲手づくりのおもちゃを持って記念写真

り、大人が思いつかないような意外な遊び方をしたり、楽しいひとときを過ごせました。とうみケーブルテレビの取材を受けたこともよい思い出になりました。

また、12月には5年生が企画に参加しお楽しみ会を行いました。クイズの出題や会の進行など頑張った活動し、おおいにみんなを楽しませ盛り上げてくれました。

こうした行事への積極的な参加や将棋教室等への参加をすることで、友だちや仲間との繋がりが持て、児童館生活がよりメリハリのある楽しいものになっていくことを願っています。

平成25年 各区の区長の皆さんをご紹介します (敬称略)

◎市区長会長 ○市副区長会長 △地区副区長会長

地区	区名	区長又は自治会長
田	加 沢	小田中一男
	常 田	△中島 昭夫
	田 中	村田 達雄
	県	森泉 和雄
中	本海野	◎町田 千秋
	西海野	小山 義明
	白鳥台	林 勝二
滋	城ノ前	寺沢 正勝
	赤 岩	佐藤 咲男
	片 羽	佐藤 義幸
	桜 井	市川 賢二
	大 石	寺島 守
	中 屋敷	△唐澤 廣次
	別 府	○阿部 欣史
	原 口	中澤 清弘
野	聖	上原 正行
	乙女平	清水 涼次
	王 子	大村 昭夫
	新 張	○土屋 武道
津	出 場	花岡 利明
	金 井	佐藤富士夫
	新 屋	櫻井 勉
	東 町	大日向洋一

地区	区名	区長又は自治会長
祢	西 宮	別府 和友
	姫 子 沢	北沢 明義
	湯 の 丸	△峯村 文博
	滝 の 沢	斉藤 聖司
	祢 津 南	竹内 久明
	伊 勢 原	持田 實
津	奈 良 原	柳沢 勝興
	鞍掛自治区	高藤美登勢
	リードリー-くらかげ	土屋 共和
	東 上 田	○清水 哲夫
	田 沢	田中 重雄
	大 川	△荻原 光則
	栗 林	竹内 忠世
	海 善 寺	竹内清一郎
	曾 根	成澤 衛男
	東 深 井	山浦 正彦
和	西 深 井	清水 雅人
	西 入	新井 清治
	東 入	関 邦守
	日向が丘	宇井 経雄
	海善寺北	本井 孝道
	寺 坂	佐々木 誠
	睦	清水 紀彦

地区	区名	区長又は自治会長
北	上 八 重 原	増田 寿春
	田 楽 平	荻原 繁幸
	中 八 重 原	岩下 孝造
	山 崎	直井 肇
	下 八 重 原	依田 繁二
	芸 術 む ら	船田 倍尾
	白 樺	北村 学
	切 久 保	田中 恵秋
	八 反 田	小田 昌義
	本 下 之 城	小宮山幸一
御	田 之 尻	井出 博
	宮	丸山 昭廣
	畔 田	○青木 英昭
	御牧原南部	箕輪 二郎
	御牧原北部	清沢 正男
	布 下	早川 清一
	常 満	工藤 浩平
	島 川 原	白川 国一
	大 日 向	△内川 久芳
	光ヶ丘	直井 和幸
牧	羽 毛 山	三澤堅吉郎
	牧ヶ原	青木 妙子

図書館へ行こう

東御市立図書館 電話 64-5886

2月のテーマブックス

【おでかけ】

寒い時こそ元気に
出掛けましょう！

● せんろはつづく

竹下 文子・文
鈴木まもる・絵
金の星社

● くんちゃんのだいりょこう

ドロシー・マリノ・文・絵
石井 桃子・訳
岩波書店



館長の つぶやき

暦の上では、春を迎えますが、寒さは続きそうです。

3階入口付近のコーナーでは、今日も子どもたちが寝ころんだり、座り込んだりしながら絵本をめくり、紙芝居に目を輝かせています。ここは、床暖房のスペースです。

このお話コーナーを「くるみのへや」と呼びます。東御市産のクルミは全国的に有名で味が良くとても人気があります。硬い殻の中に美味しく栄養価が高い実が育つクルミ。東御市の次代を担う子どもたちを大切に、そんな想いの「くるみのへや」です。ではまた次号で。

2月の休館日 (赤丸の日が休館日です。)

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		

◆ 新着本案内 ◆

◆ 一般書

● これ1冊で完全理解電子書籍
端末・サービスの選び方から使い
方、楽しみ方まで
……西田 宗千佳・監

● ナチュラル洗剤でちよこつと
ピカピカ掃除！
……世界文化社・編

● しょうがの味は熱い
……綿矢 りさ・著

● ニッポンの山里
……池内 紀・著

● 霧の王
……ズザンネ・ゲルドム・著

◆ 児童書

● 時間の大研究
タイムトラベルはできる？
……池内 了・監

● 犬のことが聞こえたら
……パトリシア・マクラクラン・作

● 一生懸命
相撲が教えてくれたこと
……貴乃花 光司・著

● ばけれんぼ
……広瀬 克也・作

● あおねこちゃん
……ズデネック・ミレル・絵

図書館発

今月のお薦め本

「信濃毎日新聞データベース」

新図書館では、信濃毎日新聞のデータベースを導入しました。カウンターにてお申し込みの上、1階・3階のパソコンでご利用いただけます。検索によって、知りたい記事の掲載されている日時や紙面を簡単に探すことができます。また、図書館でご覧いただける信濃毎日新聞は東信版のみですが、データベースでは、すべての記事を検索することが出来ます。明治6年の創刊号からの紙面をパソコン上でご覧いただくこともできます。記事は、紙面を縮小し印刷することも可能です。(1枚10円。)

例えば、お誕生日の一面の記事などを、記念に印刷することも出来ます。データベースは、他にも、食と農業、環境を専門とする「ルーラル電子図書館」と、児童向け百科事典の「インターネット版である、「ポプラディアネット」があります。どうぞ、お試しください。



心の眼

(105)

人権同和教育指導委員
柳沢富美子

自分が変わる社会を変える
「人権尊重のまちつくろ」市民の集いと講演会下巻



昨年の12月8日「東御市人権尊重のまちづくり市民の集い」で、今年度はともにハンセン病回復者で、病気への偏見をなくすために活動している森元美代治さん、美恵子さんご夫妻をお迎えしての講演会がありました。その後、直にお話をお聞きできる機会に恵まれました。長い間過酷な差別に耐え、一番の支えになるはずの家族にまで差別されるというなかで、カミングアウト（実名を明かすこと）による「人間回復」の闘いをしてきた森元ご夫妻だからこそ感じる崇高さ、温かさ的魅力溢れるお人柄を感じずにはいられませんでした。

ハンセン病とは、細菌の一種である「らい菌」による感染症で、おもに皮膚や顔や手足などの抹消神経に病変が生じる病気です。ハンセン病は、以前は、らい（癩）・かつたい・天刑病などといわれてきましたが、それらは偏見・差別を助長する言葉として、「らい菌」を発見したノルウェーの医師ハンセンにちなんで、現在はハンセン病が正しい病名です。ハンセン病は、コレラやペストと同じような恐ろしい伝染病と1900年代は考えられており、すべての患者さんの強制隔離が進められました。強制的に消毒され、人里離れた場所に作られた療養所に送り込まれる。そうした光景を目の当たりにした人

びとの心にハンセン病は恐ろしいというイメージが定着し、それが差別や偏見を助長させることになってしまったのです。その結果患者さんたちに対して、人権を全く無視した扱い方をし、想像を絶する長年にわたる苦しみを与え続けてきたのです。しかし「らい予防法の廃止」（1996年4月1日施行）によって、ハンセン病は特別な予防策をなんら必要としない、普通の感染症の一つになりました。ハンセン病にまつわる三大偏見（遺伝する・うつりやすい・治らない）を一気に掘り崩しました。それでもなお、「ふるさとに帰らないでくれ」「先祖の墓参りも勘弁してくれ」「家族を困らせないでくれ」といったような家族からの差別が続いたのです。一番困ったときの支えになるはずの家族からの差別、こんな差別を生み出してくる人間の性（さが）、許せるものではありません。しかしこの家族からの差別も、ハンセン病に対する偏見・差別が生み出してきたものなのです。そんな家族に対しても、美代治さんが好んで口にする言葉「自分はこうだと信じて自分が変わる。そこで社会も変わっていくし、社会も変える道も開けてくる。」という信条で、家族の差別心を変え、理解しあえる道を切り開いていった森元ご夫妻の生き方に感銘を受ける出会いとなった講演会でした。

『消費生活ガイド』 インターネットショッピングで クリック間違いない？



〈事例〉

インターネットショッピングで気に入った商品を見つけ注文したところ、希望した商品と違うものが届いた。事業者を確認したところ、どうも注文する時に誤って違う商品をクリックしてしまったようだ。事業者にその事を申し出たが、申し込みの入力ミスとホームページ上の「返品不可」の記載を理由に、交換にも返品にも応じてもらえない。クリーニング・オフできないか。

ちょっと待って！

・ インターネットショッピングは通信販売に該当しますが、通信販売は商品を選択する時間が充分にあり、また自らが望んで注文する為、クーリング・オフ制度の適用はありません。クーリング・オフ制度が認められるのは、訪問販売のように不意打ち性がある場合に限られます。
・ 昨今、老若男女問わず、パソコンや携帯電話のインターネットを利用し、インターネットショッピングで買い物をする人が増えていきます。同時に事例のような相談も

年々増えていきます。

・ 通信販売のホームページには法律で次の7項目を載せるよう定められています。①販売価格②送料③代金の支払時期及び方法④商品の引き渡し時期⑤返品特約制度の有無⑥事業者の名称、住所、電話番号⑦事業者が法人である場合は代表者又は責任者の氏名
・ 返品特約の記載がない場合、8日間は返品が可能ですが、返品に要する送料などの費用は消費者の負担となります。

心配な場合は、市民課生活環境係または、上田消費生活センターへご相談ください。なお、市民課生活環境係に、火・水（祝日除く）の午前8時30分から午後5時まで専門の消費生活相談員が相談に応じています。

● 問い合わせ先

・ 市民課 生活環境係

☎ 6415896

・ 消費生活相談員専用ダイヤル

（火・水午前8時30分から

午後5時まで）

☎ 0901558011702

・ 上田消費生活センター

☎ 2718517

shin-tai
「子どもの健康」
 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せない「からだを動かす」ことの必要性⑧

【子どもの疲労】

子どもが訴える「疲れ」とは
 子どもたちは、日頃どのような「疲れ」を感じているのでしょうか？子どもの疲労を数値化した研究(中村・坂下1999)によると、小学生でもっとも高い数値を示したのは、「ねむけ」と「だるさ」の症状でした。また、この調査法を使い「疲れ」の度合いと症状が、1日の時間帯(登校時・給食前・下校時)によってどのように変化するか調査した項目では、子どもたちの疲労は、男女ともに特に登校時に高い数値を示している、給食前には数値が最も下がっています。

つまり子どもたちは、朝、学校に来るときに一番疲れていて、それが学校の活動の中で次第にとれていき、給食の前が一番元気になる、といえます。ちなみに、子どもの「疲れ」を月曜日から金曜日まで調べたところ、月曜日がもっとも疲れていて、週末の金曜日が、一番疲れがとれた

状態になるといいます。このことをどのように考えればいいのか？

・動かないと疲れる？

学校での「運動量」と「疲れ」がどう関わっているのか運動量別に調査した項目によると学校での運動量が少ない子どもは、登校時より下校時の方が疲れていて、運動量が多い子どもは、学校生活の中で朝の疲れが次第にとれていく傾向にあります。したがって、学校に来てから体育の授業や休み時間などで、適度からだを動かした方が疲労感がある程度解消できている可能性が示唆されます。

子どもたちが訴えている「疲労感」は主観的な感覚で、生活習慣や心の健康なども影響していると考えられますが、身体活動によって左右される「疲労」とは違っていると推測されます。このような子どもたちの「疲れ」の訴える意味や原因を大人は深く考えなくてははいけません、いずれにしても適度からだを動かすことは、子どもの疲労感を解消してくれる効果がありそうです。

引用文献：子どものからだから
 危ない 著：中村和彦

こどもたちは栄養士です

食生活の中にある

健康づくりのポイント

質問①です。フライ、から揚げ、天ぷらの中で、調理の過程で一番油を多く含む揚げ物はどれでしょうか？

答えは、天ぷらです。数字で比べてみると油の量の違いがわかります。

料理の種類	油の吸収率
から揚げ	6~8%
天ぷら	15~25%
フライ	10~20%
かき揚げ	60%

(調理のためのベーシック) データより

質問②です。魚の一切れとはどのくらいの大きさですか？

この辺のお店でよく見かける一切れは手のひらサイズでしょうか。以前、北海道に住んでいた方は、半身を一切れと言っていました。

質問③です。巨峰を食す時はどんな形で食卓にのりますか？

我が家は房のままです。埼玉県から嫁いできた方は、巨峰は高級品で、粒を房から取ってお皿に並べられていたと話してくれました。



おおいし ちかこ 栄養士 大石智花子

質問④です。煮物、漬物のほかにどんな料理に砂糖を使いますか？

数人で情報交換をしたところ、納豆、とろろ汁、ポテトサラダなど、それぞれ普段砂糖を使っている料理が違って興味深いものでした。

私たちの体は、口から食べたものでできています。調理法(質問①)や一回に食べる量(質問②)、食べ方(質問③)、調味料の使い方(質問④)など様々な要素が組み合わさった食生活が、健康状態を左右します。健診などでわかる血液データはそれを正直に映し出していると思います。東御市は、県内19市で比較してみると、肥満や糖尿病予備群の割合が最も多いことがわかっています。そこで、仕事仲間やお友達の皆さんなどと食生活のことを話題に情報交換してみたいかがでしょうか。日頃の食生活の中の意外なところ、健康状態の改善ポイントが見つかるかもしれません。

国民年金アドバイス

口座振替前納で保険料が割引になります

国民年金の保険料は、納付書による現金払いや口座振替の方法によって、下記のとおり割引料金が設定されています（平成25年度は保険料が変わります）。

平成24年度	1か月分	6か月分	1年度分
	保険料額 割引額	保険料額 割引額	保険料額 割引額
毎月納付（納付書による現金納付及び翌月末振替の口座振替）	14,980円 -	89,880円 -	179,760円 -
毎月振替【早割】 （当月末振替の口座振替）	14,930円 50円	89,580円 300円	179,160円 600円
6か月前納 （現金納付）	- -	89,150円 730円	178,300円 1,460円
6か月前納 （口座振替）	- -	88,860円 1,020円	177,720円 2,040円
1年前納 （現金納付）	- -	- -	176,570円 3,190円
1年前納 （口座振替）	- -	- -	175,990円 3,770円

※一部納付（一部免除）されている方の口座振替は、「毎月納付（翌月末振替）」のみのご利用となります。

■口座振替での前納の申し込みはお早めに

口座振替での平成25年度分1年前納（4月～翌年3月分）及び6か月前納（4月～9月分）の申し込み締め切りは2月末です。

口座振替の申し込みは、預金口座をお持ちの金融機関窓口、小諸年金事務所または市役所で受け付けています。申し込みの際は年金手帳、通帳など（口座番号が分かるもの）、口座の届出印をお持ちください。

■注意していただきたいこと

・平成25年度分1年前納（4月～翌年3月分）及び6か月前納（4月～9月分）の口座振替日は4月末日です（月末が休日の場合は、翌営業日が引き落とし日となります）。

・残高不足で口座から引き落としができなかった場合は、割引がなくなります（毎月の口座振替に切り替わります）。特に、初めて口座振替で1年度分の前納を申し込まれた方は13か月分（3月分+4月～翌年3月分）を、6か月前納の申し込みを申し込まれた方は7か月分（3月分+4月～9月分）の保険料が引き落としとなりますので、残高不足にご注意ください。

・すでに口座振替で前納されている方は、再度の申し込みは必要ありません。ただし、口座振替の引き落とし方法を変更される場合は、再度、申し込みが必要です。

●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

2月の納税（納期限2月28日）

- 国民健康保険税（普通徴収）（9期）
- 後期高齢者医療保険料（普通徴収）（8期）
- 介護保険料（普通徴収）（8期）

こちら119（東御消防署）

※カックは1月からの累計

＝12月の出動件数＝

火災 1件（13件） 救急 106件（1194件）

住宅用火災警報器を設置していますか？

●詳しくは東御消防署まで ☎62-0119

市内交通事故統計 12月分

（平成24年12月分）

平成24年12月31日現在

		1月からの累計	前年比
件数	11件	148件	-27件
傷者	14名	198名	-26名
死者	1名	1名	+1名

とうみの気象記録（東御消防署調べ）

	平成24年12月	平成23年12月
最高気温	15.4℃（15日）	15.7℃（3日）
最低気温	-8.6℃（28日）	-8.4℃（31日）
平均気温	1.0℃	1.4℃
平均湿度	71.9%	77.1%
降水量	43.5mm	4.0mm

サンピアン上田ピアノ工房

音楽教室 生徒募集

入会
随時
受付中!

- | | | |
|------------------|-------------------|---------------|
| 各
コ
ー
ス | ♪音楽遊びコース（1～2歳） | ♪フルートコース |
| | ♪アトリエランドコース（2～5歳） | ♪大人の一曲マスターコース |
| | ♪ジュニアピアノコース | ♪コーラスコース |
| | ♪キッズドラムコース | |

サンピアン音楽教室では

- ♪楽しく音楽が身に付きます。
- ♪個々に合わせたスピードでレッスンできます。
- ♪夏休みには、ホールで記念の発表会に参加できます。
- ♪ピアノコースは全国レベルのグレード試験を受ける事ができます。
- ♪ピアノコースはコンクールに参加する事ができます。

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〉



雑紙、雑誌、本は分別してストックヤード(資源物)へお願いします

厚紙、ノート、菓子箱、書籍、辞書、辞典、メモ用紙(小さい紙は封筒などまとめて紙袋に入れます)などは、資源物として分別し各区のストックヤードへ出していただくことで、ごみの減量につながります。

これらの資源物の多くが、燃やせるごみ袋へ入れられたまま焼却処分されています。ごみを焼却するにはたくさんのお金が掛かりますが、この経費は市民の皆さんの税金で賄われているのです。燃やせるごみが減った分だけ、他に充てることが出来ます。

可燃ごみの袋へ入れているものの中に、資源物として出せるものがないかも一度手



雑紙、雑誌、本は分別してストックヤード(資源物)



黄色いスポンジは道具系プラスチック(容器包装以外のプラスチック)

エックしてみてください。ストックヤードに出せる資源物を、生涯学習カレンダに付いている「ごみ・資源物分け方出し方ポスター」と「ごみ分別五十音別表」のルールで再度確認しましょう。

今月も間違えやすい分別に関するご質問にお答えします。

Q マットレスは布団と一緒にクリーンセンターへ持ち込めますか？

A 中に入っているのが黄色いスポンジであれば、道

具系プラスチック(容器包装以外のプラスチック)のため、燃やせるごみのカバと分別し持ち込むことが出来ます。スプリングマットレスの処分は処理業者へお願いします。

Q 網戸の網の出し方は？

A プラスチック製の場合には、道具系プラスチック(容器包装以外のプラスチック)です。金属製の網は、その他ごみです。

ご芳志

ご寄附いただいた皆様、ありがとうございます。厚くお礼申し上げます。

(平成24年12月に寄附をいただいたものです。)

・ 上小トラック協会 様
(現金 102,607円)

・ 匿名希望 様

(埼玉県朝霞市在住)
(現金 50,000円)

・ (特)東御市体育協会 様
(現金 15,700円)

公表については、同意をいただいた方のみ掲載しています。

● 問い合わせ先

総務課 財政係
☎ 64-5805

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 プロパーライセンス 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 長野県東御市津野乙3012-1
● HP: www.karasawanouki.co.jp/

〈広告欄〉

▶花岡市長によるうがちぞめ



▲素材を活かしたつくり

伝統ある海野宿を活用して 海野宿滞在型交流施設整備工事起工式

1月9日、海野宿滞在型交流施設整備工事の起工式が行われました。この事業は、海野宿の歴史的建造物を整備し広く公開することで、伝統的建造物への理解と文化振興を図り、地域の活性化と観光振興に寄与することを目的とするものです。寄贈を受けた伝統的家屋を用い、文化庁の指導のもと、壁や柱の基本構造を残しながら必要な改修を施します。飲食、宿泊、休憩ができる憩いの場として、海野宿を訪れる皆さんへの顔となる施設の完成が期待されます。起工式で花岡市長は「海野宿のお宿として、新たに宿泊可能な交流施設を設置することは地域の活性化、観光振興においての一助になる」とあいさつしました。

大きな歓声が飛び交った 平成25年東御市消防出初式

1月13日、平成25年市消防出初式が行われました。会場となった田中商店街では「戸締り用心、火の用心」の元気な掛け声の幼年消防クラブの行進に始まり、東御消防署、市消防団などの堂々の分列行進が行われ、沿道を埋め尽くした観客からは大きな拍手と歓声が上がっていました。

その後市文化会館サンテラスホールに会場を移し式典が行われ、厳粛な雰囲気の中で優秀賞などの表彰状が代表者に手渡されました。井出史亮ふみあき団長は「災害はなくすことができないが、日頃からの備え、訓練によって減災できる」と日々の消防団活動をねぎらうあいさつがありました。



◀幼年消防クラブ行進



▲退団者の皆さんに表彰状が手渡されました

▶写真説明会のようす



◀希少種の写真が並ぶ

貴重な動植物を知ってほしい 「希少種はいま」写真展

1月7日から1月20日にかけて市文化会館展示室で市教育委員会主催の「希少種はいま」写真展（「信州の高山蝶9種」「生き物好きな仲間」同時開催）が開催されました。会場には信濃毎日新聞編集委員の増田今雄さんの著書「希少種はいま」に掲載された動植物のうち、県内に生息する絶滅の恐れのあるオオルリシジミやミヤマシロチョウなどの写真が展示されました。訪れた皆さんは作品の展示を通して、希少種への理解を深めているようでした。14日には、増田さんによる写真説明会が行われ、集まった約30人の皆さんが話を聞き、関心を寄せていました。

トピックスー 地域の話

いきいきとした生活が送れるように
しっかり筋のばし教室、筋トレ教室開催



▲いきいき取り組んでいます

市では福祉センターで転倒防止や下半身の筋力強化など、介護予防の一環としておおむね65歳以上で介護保険の認定を受けていない方を対象にした、ヨガの要素を取り入れた「しっかり筋のばし教室」、筋力アップを目指す「筋トレ教室」を3月末まで開催しています。

1月8日に福祉センター3階講堂で「筋トレ教室」が開催され、楽しみながら行えるストレッチ運動やラジオ体操から始まり、つま先立ちの運動やスクワットなど参加者約50人で汗を流しました。インストラクターの倉崎直子さんは「したいと思っても何をしたいかわからないという人にこそ、みんなで楽しみながら運動できるので参加してほしい」と話していました。日程などの詳細については地域包括支援センターにお問い合わせください（☎64-5000）。

新年の思いを筆にのせ
新春書き初め大会

1月5日、中央公民館講堂で第9回新春書き初め大会が行われました。

毎年1月5日に恒例となっている書き初め大会、今年は約70名が参加し、「はるの光」「希望の朝」などお手本を参考にしながら、新年の思いを込めて筆を下ろしていました。書いている最中には、文化協会書道部会の皆さんの指導を真剣なようすで聞いて、もっとうまく書こうと意気込み、何度も挑戦している姿も見られました。この日、参加していた柳沢みのりさん（祢津小5年）は「さすがにいい気持ちで書くことができた」と話していました。



▲気持ち新たに



▲花岡市長も挑戦

スキー・スノーボード教室

1月6日、湯の丸スキー場でスキー・スノーボード教室が開催されました。この日、例年以上の申し込みで集まった参加者は湯の丸高原のパウダースノーを味わいながらウインタースポーツを満喫しました。今月の3日には2回目の教室が行われる予定です。



道の駅雷電くるみの里が長野県知事賞受賞

1月18日、ホクト文化ホール（長野市）で「信州ブランドフォーラム2012&信州ブランドシンポジウム」が開催されました。その中で「信州ブランドアワード2012」の表彰式が行われ、道の駅雷電くるみの里が徹底した地元産へのこだわりに対する高い地域性などが評価され、長野県知事賞を受賞しました。報告のため市役所を訪れた唐澤光章



長は「賞に恥じないようみんなに喜ばれる道の駅にしていきたい」と話していました。同式典で市内からは（株）アトリエ・ド・フロマージュが特別賞を受賞しました。

火のアート
フェスティバル2012
※20周年記念事業は宝くじの社会
貢献事業
「活力ある地域づくり助成事業」
により実施しました。

あなたに夢を。街に元気を。
5117
7-らん

1・11 企業経営セミナー新春講演会（平安閣みまき）

12・31 1・1 八重原諏訪神社
二年参り、信州御牧太鼓
打ち納め・打ち初め

できごとと短信

●発行／長野県東御市
〒389-0592 長野県東御市東281-2
TEL02668-58006 FAX02668-5431
●E-mail shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp
●ホームページ http://www.city.tomi.nagano.jp
●編集／東御市総務部企画課 ●印刷／田口印刷株式会社



はばた 八重原台地で翔け若い力【第11回】 ～八重原米研究会の取り組み～

八重原台地で農業と共に生きていく

農業の担い手不足や荒廃地の増加、TPP（環太平洋戦略的経済連携協定）を始めとするグローバル化の動きなど、お米だけではなく、日本の農業を取り巻く環境は大きく変わりつつあります。

そんな大きな変化の中であって私たちは、この一年を通して無農薬栽培の取り組み、JGAPの取得、海外への輸出などのチャレンジを紹介してきました。

東御市八重原で誇りを持って農業を営み、そしてこれからもずっとこの土地を守り続けていくためには、米の生産を中心としながらも、さらに新しいことに挑戦すべきではないかと感じています。



酒米の取り組み

八重原米のさらなる可能性を探るべく、新たな挑戦として私たちが5年前に始めたのが酒米の生産です。

「おいしいお米の産地として定評のある八重原台地であれば、きっと最高の酒米が出来るに違いない」との思いがかねてからありました。

私たちが生産している酒米品種「ひとごち」は、主食用品種の「コシヒカリ」の粒と比べて二回り以上も大きく、中心には心白しんぱくという白色の部分があるのが特徴です。生育の仕方や肥料の加減なども主食用品種と異なり、栽培を始めたころは手探りの状態が続きました。こうした試行錯誤の末、ようやく品質が安定し、

酒蔵の杜氏さんにも「素晴らしいお米だ」とお褒めの言葉をいただけるまでになりました。

今年も間もなく新酒がお披露目となります。新酒の香りは何ともいえません。もう今から楽しみです。飲み過ぎには注意ですね。

東御市に日本酒の酒蔵はありませんが、地元のお米100%で出来た日本酒も何種類かあります。地元の地酒を味わってみてはいかがでしょうか。
(八重原米研究会)

人の動き

(1月1日現在)
世帯数
11,659世帯(-11)
総人口
31,271人(-19)
男 15,411人(-10)
女 15,860人(-9)
転入 75人
転出 59人
出生 16人
死亡 35人
その他 16人減
※カッコは前月対比

▼振り返ると、昨年は一年を通して雪が少なかったような気がします。▼今月号の表紙は近年稀にみる大雪の降った日の翌日に撮影した写真です。▼今まで私が担当した市報の表紙では雪をモチーフにした写真がなく、チャンスがあれば使ってみたいと思っていました。しかし天候ばかりはどうすることもできず、今年もちよつと難しいかなと思いはじめていました。そんな諦めかけていた矢先に突然の大雪でした。▼話は打って変わって初詣のこと、おそらく私にとって人生初の大吉のおみくじを引くことができました。▼表紙の写真も撮りながら、今年はこちらで何でも願いが叶うかもしれないと、不確かな期待を抱きつつ私の2013年はスタートしました。
(市報担当 山浦)

編集後記

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