(E 524) No.213

が市報とうみお知らせ版

発行/長野県東御市 〒389-0592 東御市県281-2 **2**0268-64-5806 FAX0268-63-5431 E-meil 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秘書広報係 印刷/㈱アオヤギ印刷

平成25年6月17日

●問い合わせ先につきましては、特別な記載がない限り平日の開庁時間(午前8時30分~午後5時15分)とさせていただきます。

2018 ~ハートつないで~

原御市民誌令の

0000

東御 Cocusunsun®

8月3日(土) 田中商店街にて開催!!

☆まつりステージ(昼の部)アトラクション募集!



市民まつり会場の昼の部ステージで、演奏等アトラクション出演 者を募集します。

なお、申し込み多数の場合は選考及び抽選とさせていただきます。

○申込締切

7月12日(金)まで

○出演時間

午後3時5分~午後5時30分までの間

(出演の順番は事務局で調整いたします)

○場 所

第1ステージ(衣料センターたなか様前)

○ジャンル 生演奏、踊り等

●申し込み・問い合わせ先

東御市民まつり実行委員会事務局 商工観光課 商工労政係(北御牧庁舎内) ☎67-1034

池の平湿原へのシャトルバス
 運行休止のお知らせ



夏季の池の平湿原へのマイカー乗入れ自粛協力にともない運行していました「シャトルバス」を、今年度は運行休止いたします。

近年の利用状況から、運行の目的であった交通渋滞緩和が達成されたと考え、今夏の休止状況により来年度以降の運行廃止を決定する予定です。

池の平湿原へお出掛けの際は、ご理解とご協力をお願いいたします。

なお、シャトルバス運行休止により、夏季(7月、8月)の土・日曜日、祝日も、平日同様に、池の平駐車場(有料)への車両乗入れ、湯の丸高峰林道の通行が可能となります。

●問い合わせ先 商工観光課 観光係(北御牧庁舎内)☎67-1034





お知らせ版

No.213 平成25年6月17日

シエナ・ウインド・オーケストラ in 乳

9月28日(土) 開場16時30分 開演17時00分

発売中

♪ルイ・ブルジョアの賛美歌による変奏曲 ♪吹奏楽のための第二組曲 ♪歌劇「ローエングリン」より

"エルザの大聖堂への入場" 他 *学生席券、自由席券はエリア指定

後援:長野県吹奏楽連盟、上田市民吹奏楽団

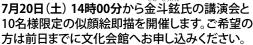
学生席券* ¥3,000 自由席券* ¥4,000

アラカン世代に贈る

一般席券 ¥4,500



7月20日(土)~8月4日(日)





月ピアノのゆふべ -ナッノ ヨルノ ピアノ-

おとなの絵本

出 小山 沙織 演 武井美由紀

7月**5**日(金) 開演 19時00分 入場無料



シャンソン 巴里祭によせて

出演 榊原舞 葉月千里 田中みどり 縣ひろ子 山崎さだみ

7月18日(木) 入場料¥1,000 開場18時00分 開演19時00分

協力:Rue de Vin

水彩画の夏、丸山晩霞の夏

収蔵作品からベストセレクト

新規収蔵作品も公開

開催中 9月1日(日)迄

東御市文化会館

サンテラスホール

お問い合わせ TEL 62-3700

〒389-0515 東御市常田505-1 FAX 0268-62-3262

丸山晚霞記念館



「いつの日か、コレクションが長野県の芸術文化継承の 一助になればと考えるようになった。」

信州にこだわったらこうなった

KURASAWA コレクション展

故郷への思い、そして恩返しに

News!

展覧会に出展している作品の中から、 所蔵者様より山本鼎、丸山晩霞らを筆頭として、 87点もの絵画を東御市にご寄贈いただくことになりました。

Q 次のうち、何人を知っていますか?

丸山晩霞 山本 鼎 横井弘三 西岡瑞穂

■〒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 ■毎週月曜日休館

三宅克己 倉田白羊 小山敬三

北沢良知

石井柏亭 中村直人 佐藤利平

藤井令太郎

林 倭衛 小林 丙

小山周次

神津港人 中川紀元 伊川鷹治

開催中 8月25日(日)迄

記念》 絵画館

祢津公民館 共同企画 和公民館

「昔登った烏帽子岳にもう一度登ってみたい」とのご要望にお応えして、今回は2地区合同 で「烏帽子登山」を企画いたしました。行程も比較的に平坦で、途中高山植物を楽しめるコー スを選定しましたので、皆さまのご参加をお待ちしております。

なお、今年度の和地区『ふるさとを訪ねて』は、この企画に代えさせていただきます。

7月20日(土) 時

一行 稈 和コミュニティーセンター 午前8時30分 出発

祢津公民館 午前 8 時45分 出発

= 地蔵峠 → 臼窪 → 鞍部 → 烏帽子岳(昼食·休憩) → 鞍部 → 臼窪 → 地蔵峠 = 袮津公民館・和コミュニティーセンター 午後2時30分~3時頃到着

҈講 師 祢津地区 森 勝 さん 和地区 清水 基 さん

▲参加費 無料

҈募集人員 40名(各地区20名)

▲申込方法 各公民館へお申し込みください。

▲申込締切 **7月10日(水)** (定員になり次第締め切ります)

月・水・金曜日 午前8時30分~午後5時15分

火 · 木曜日 午前8時30分~午後0時30分

昼食、水筒、雨具、登山にふさわしい服装、はき慣れた靴 ☆持 ち 物

▲その他 出発地~地蔵峠の往復はバスを利用いたします。

地蔵峠から烏帽子岳までの往復は約4時間歩きます。

小学生は保護者同伴でお申し込みください。

袮津公民館 **☎**62-0251 ●申し込み・問い合わせ先 和コミュニティーセンター 2562-0201

8開催日 7月20日(土) 競技開始時間 午前9時

8場 所 東部中学校 グラウンド

8 申込締切 7月5日(金)

小・中学生は各学校にて取りまとめますので、 8 申込方法

学校を通じてお申し込みください。

・小学生(4年生以上)男女 100m Ⅴ種 目

·中学生男女 100m

・高校生・一般男女 100m

・小学生(4年生以上)男女 1000m ・高校生・一般男女 走り幅跳び

・中学生男女 1500m

・高校生・一般男女 1500m

・中学生男女 走り幅跳び

生涯学習課 スポーツ係 ●申し込み・問い合わせ先 (特非)東御市体育協会(第一体育館内)FAX62-3417



東御市文化協会からお知らせ

部会差

今年は113名の会員が日頃鍛えた歌声を発表します。 大勢の皆さんのご来場をお待ちしております。

7月7日(日) 午前9時~午後5時 ※日 時

文化会館 サンテラスホール ※場 所

民謡部会長 船田 ☎62-0943 ☆ 連絡先



●問い合わせ先 生涯学習課 生涯学習係(北御牧庁舎2階) ☎64-5885

あなたの写真がカレンダーに!



『東御市生涯学習カレンダー』は、市の多彩な情報が盛り込まれた「家 庭の便利メモ」としてご利用いただいています。

平成25年10月~26年3月版の『東御市生涯学習カレンダー』発行にあた り、掲載する写真を募集します。皆さんの生き生きとした活動を写した写 真、季節感のある写真等、多数のご応募をお待ちしています。

①応募内容

- ①市内で撮影した、人物が写っている写真
- ②平成24年10月~25年3月頃に撮影した、季節感のある写真

ただし、未発表の写真。

お一人様何点でもご応募可能です。

洹規 格 カラープリント (サービス版)

デジタルカメラの写真データ

※写真はお返しすることができませんので、予めご了承ください。

① 応募方法

応募用紙に必要事項をご記入いただき、写真の裏面に貼ってご応募ください。

なお、写真の掲載につきましては、選考のうえ決定させていただきます。

1 応募期限

7月12日(金)までに下記へお申し込みください。

●申し込み・問い合わせ先 生涯学習課 生涯学習係 (北御牧庁舎2階) ☎64-5885

「東御市生涯学習カレンダー写真」応募用紙

住	所	〒 東御市	
氏	名		
電話番号			
撮影場	場所		
写真内容説明			

「東御市生涯学習カレンダー写真」応募用紙

住所	東御市		
氏 名			
電話番号			
撮影場所			
写真内容説明			

らの意思のからの会員募集

市の食育推進計画に基づいて、市民が主体的に食育活動の輪を広げることを目的として作られたボランティア団体がとうみ食育市民ネットワークです。一緒に活動や勉強をしてくださる方の入会をお待ちしております。

⑩募集期間 6月20日 (木) ~7月22日 (月)

●応募資格 市内在住または、市内の食育推進活動に参加できる個人、または団体でネット ワークの趣旨に賛同していただける方

活動内容 ・小学校へ 紙芝居を使った食育授業参加他

・保育園へ 寸劇による食育活動他

・各世代への食育活動

食育推進計画 「とうみ食育の里プラン」について

※詳細につきましては、市ホームページをご覧ください。 http://www.city.tomi.nagano.jp/



●応募方法 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 健康保健課 健康増進係 (総合福祉センター内) ☎64-8883



2013 信州ねんりんピック 高齢者作品展募集

高齢者の創作活動を通じて、生きがい・健康づくりや社会参加を促進するとともに、明る く活力ある長寿社会づくりを推進し、より多くの高齢者に創作活動を広める契機とするため、 作品展を開催しますので皆さまの作品を募集いたします。

◆出品者資格 県内在住の60歳以上(昭和29年4月1日以前生まれ)のアマチュアの方

◆出品作品 出品作品は、お一人様 1 点とし、出品者により創作されたもので、未発表の ものとします。

☆出 品 料 無料(作品返却の宅配料は自己負担となります)

◆ 申 込 締 切 8 月30日(金)

☆申 込 方 法 申し込み先にてご用意しています「高齢者作品展出品票」

(所定用紙) に、必要事項をご記入いただきご提出ください。

☆作品の搬入 9月30日(月)までに上田保健福祉事務所へご搬入ください。

〒386-8555 上田市材木町1-2-6 ☎25-7147

・・作品の規格 詳細につきましては、下記へお問い合わせください。

●申し込み先福祉課 高齢者係(総合福祉センター内) ☎64-8888

●問い合わせ先 公益財団法人 長野県長寿社会開発センター ☎026-226-3741

第6回 音楽部会発表会

おらほの町の音楽

♪日 時 7月14日(日)

午後1時 開演

午後3時 終演

文化会館『サンテラスホール』 ♪会 場

♪入場料

♪連絡先 音楽部会長 島田 ☎62-3700 ♪出演バンド♪

ロハーモニカクラブ **ゴ**フルートアンサンブル エオリア

ヷザ·サンテラスバンド

口あうん

「TNSジャズオーケストラ

●問い合わせ先 生涯学習課 生涯学習係(北御牧庁舎2階) ☎64-5885

農振農用地除外申請について

市では「農業振興地域の整備に関する法律」に基づき、特に農業振興を図っていく地域を 「農業振興地域」として、優良農地の保全・確保に努めています。この「農業振興地域」の農 用地(農振農用地)を転用して農業以外の目的に利用することはできません。やむを得ず住宅 など他の目的に利用したい場合は、農振農用地からの除外手続きが必要です。

下記のとおり、農振農用地の除外申請の受け付けを行いますので、農振農用地以外への転用 計画のある方は申請してください。

○申請期間 7月16日(火)~7月31日(水)

○申請書類 下記にてお渡ししています。

> なお、除外が認められるためには、土地改良事業を実 施していないことや除外後の農用地の集団性が確保され るなど、農地転用の要件を満たすことが必要です。

現在、市では「農業振興地域整備計画」の総合的な見直しを進めています。 毎年1月と7月に農振農用地除外申請の受け付けを行っていますが、関係機関との協 議が必要となるため、**平成26年1月の申請は、お受けできません**のでご了承ください。

▶申請・問い合わせ先 農林課 担い手支援係(別館2階)☎64-5887



サマージャンボ宝くじの賞金は、 1等・前後賞合わせて5億円!

売期間 7月10日(水)~8月2日(金)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

(公財) 長野県市町村振興協会

熱中症を予防して元気な夏を!

東御消防署からのお知らせ

熱中症とは、室温や気温が高い中での作業や運動により、体内の水分や塩分(ナトリウム)などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体がだるい、ひどいときには、けいれんや意識の異常など、様々な症状をおこす状態の総称です。

家の中でじっとしていても室温や湿度が高いために、熱中症になる場合がありますので、特に小さな子供や高齢者には注意が必要です。

昨年7月から8月までの間、東御消防署では13人の方を熱中症で救急搬送しています。決して他人ごとではありませんので、今から熱中症を正しく理解し、厳しい夏を乗り切りましょう。

熱中症予防のポイント

- 部屋の温度をこまめにチェック!(普段過ごす部屋には、温度計を置くことをお勧めします)
- ② 室温28℃を越えないように、エアコンや扇風機を上手に使いましょう!
- ◎ のどが渇いたと感じたら、必ず水分補給!
- ◎ のどが渇かなくても、こまめに水分補給!
- ② 外出の際は体をしめつけない涼しい服装で、日よけ対策も!
- ② 無理をせず、適度に休憩を!
- ◎ 日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを!



熱中症の分類と対処方法

重症度 症状 対 処 医療機関への受診 軽症 めまい・立ちくらみ・こむ 涼しい場所へ移動・安静・ ら返り・大量の汗 水分補給 症状が改善すれば受診の 必要なし 涼しい場所へ移動・体を冷 頭痛・吐き気・体がだるい 口から飲めない場合や症 ・体に力が入らない・集中 やす・安静・十分な水分と 状の改善が見られない場 力や判断力の低下 塩分の補給 合は受診が必要(反応が 鈍い人に無理に飲ませて 涼しい場所へ移動・安静・ 意識障害(呼びかけに対し はいけません) 体が熱ければ保冷剤などで 反応がおかしい・会話がお かしいなど)・けいれん・ 冷やす(首、脇の下、太もも ためらうことなく救急車 の付け根等に当てると効果 運動障害(普段通りに歩け (119)を要請 的です) ないなど) 重症

こんな時は、ためらわずに救急車を呼びましょう!

- ぬ自分で水が飲めなかったり、脱力感や倦怠感が強く、動けない場合
- ぬ意識がない(おかしい)、全身のけいれんがある場合
 - ●問い合わせ先 東御消防署 救急係 ☎62-0119

平成25年度 ととるの健康づくり啓発事

向き合いワークショップ

「自分と向き合っていますか~内面への整理~」

人は色々な体験を通して大きくなります。そして、成長につながる体験の多くは「予想外の 苦労や大変さ」が含まれています。私たちは、「何で自分だけがこんな目にあうのかな…?」 と思いますが、これはみんなが経験することかもしれません。そんなとき「直面している問題 がどんなものか」よりも「その問題とどう向き合うか」が大切になります。

人には本当のこと(理由)を知りたい欲求があります。これは心の声に気づき、問題の原因 や理由を知りたいという欲求ですが、それを満たすにはちょっとした工夫が必要です。

この講座では、自分との向き合いのために必要な6つのコツについてご紹介します。内面へ の気づきと理解を深めませんか?皆さんのご参加をお待ちしています。

♥日 時 7月26日(金)

午後6時30分~午後8時30分

♥場 所 総合福祉センター 3階 講堂

♥内 容 あなたの内面と向き合っていますか? 6段階の向き合い

公益財団法人 身体教育医学研究所 師 补 相俊 研究主任

下記へ電話でお申し込みください。 ♥申込み





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



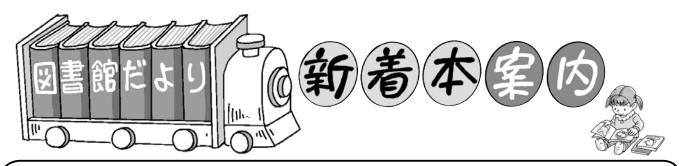
おはなしボランティアが、絵本の読み聞かせ・紙芝居・パネルシアターなどを行います。 お気軽にお越しください。大勢の皆さんのご参加をお待ちしております。

☞ おはなし広場

- ・と き 7月5日(金) 午前10時20分~午前11時
- ・ところ みまき未来館
- 対象 0~3歳の乳幼児と保護者

➡ おはなし会

- ・と き 7月17日(水) 午後3時20分~午後4時
- ・ところ BOOK 童夢みまき
- 対 象 小学生
- ●問い合わせ先 総合支所 地域振興係(北御牧庁舎内) ☎67-3311



◆ - 般書

Oおかしなジパング図版帖 モンタヌスが描いた 整里の 干国 宮田 珠己•著

Oひとりで巻くテーピング

痛めない!ゆるまない! 伊藤 マモル・著

Oひたすら面白い小説が読みたくて

文庫解説コレクション 児玉 清・著

o ちいさなわが子を看取る NICU「命のベッド」

川畑 恵美子・著 の現場から

Oスーパー図解白内障・緑内障 いつまでもクッ キリ見るための最新治療 宮島 弘子・監修

O復活するはわれにあり 山田 正紀・作

oリボン 小川 糸・著

柚木 麻子・著 Oランチのアッコちゃん

Oほんとのこと言えば? 佐野洋子対談集

佐野 洋子・著

oボランティアバスで行こう! 友井 羊・著

O森の彼方に over the forest 早坂 真紀・著

○なつ 樋口一葉奇跡の日々 領家 高子・著

O見上げた空の色 ウエザ・リポート

宇江佐 真理・著

O浅田次郎と歩く中山道『一路』の舞台をたずね 浅田 次郎・著 7

O神は死んだ ロン・カーリー・ジュニア・著

◆児童書

013歳からの家事のきほん46

アントラム・栢木 利美・著

Oかわいいゴキブリのおんなの子メイベルのぼう

けん ケイティ・スペック・作

O暗号クラブ1 ガイコツ屋敷と秘密のカギ

ペニー・ワーナー・作

oだいすきっこ フレヤ・ブラックウッド・作

O魔女のシュークリーム 岡田 淳・作

Oみんなの家出 藤田 のぼる・作

oくらやみこわいよ ジョン・クラッセン・絵

oからすのおかしやさん かこ さとし・作

Oちっちゃなトラックレッドくんとブラックくん

みやにし たつや・作

0マールとおばあちゃん

カーティエ・ヴェルメール・作

0ぱんつくったよ。 平田 景・作

Οボタン スギヤマ カナヨ・作

カンタン・グレバン・作 0あ~っ!

0りんごかもしれない ヨシタケ シンスケ・作

oたまごサーカス ふくだ じゅんこ・作

会場は図書館3階くるみの部屋(絵本コーナー)にて

★「くまのこ」による★ -

おはなし子ども会

テーマ: 「ちょっぴりすずしいおはなし」

日 時 7月20日(土)

午前10時30分から

対 象 未就学児~小学生

内容 絵本のよみ 「とべないほたる」

「やさいたちのうた」

「おてらのつねこさん」ほか

手遊び、紙芝居など

★東御清翔高等学校の 皆さんによる★

えほんのくに

日時 7月9日(火)

午後3時45分から

対象 未就園児が中心ですが、

どなたでも

★図書館職員による★ -

おはなし会

日時 7月12日(金)

午前10時30分から

対象 未就園児とその保護者

開館時間 火〜金曜日:午前9時〜午後6時30分 土・日曜日、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

「心配ごと相談」開催 人権擁護委員による

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。

⊗日 時 **7月5日(金)**午前9時~正午

※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。 また、相談料は無料で秘密は厳守されます。

●問い合わせ先 東部人権啓発センター ☎64-5902



最新の番組表は市ホームページでもご覧いただけます

とうみチャンネル



《番組案内》 6月17日(月)~7月3日(水)

【放送時間 19:30 23:00 翌日7:00 10:00 13:00 16:00]

17日	(月)	<議会中継>9:00~ 平成25年 東御市議会第2回定例会 一般質問
18日	(火)	<議会中継>9:00~ 平成25年東御市議会第2回定例会 一般質問 瞳輝いて保育の翼 ~5月生まれの誕生会~
19日	(水)	親子遠足 <北御牧保育園・袮津保育園>
20日	(木)	第8回 東御市消防音楽隊演奏会 再
21日	(金)	Weekly!ウィークリーとうみ *放送時間は下記参照 <議会中継録画> 21:00~23:00 平成25年 東御市議会第 2 回定例会 一般質問
22日	(土)	長野県中学校総合体育大会上小地区予選会① <議会中継録画> 21:00~23:00 平成25年 東御市議会第 2 回定例会 一般質問
23日	(日)	長野県中学校総合体育大会上小地区予選会② <議会中継録画> 21:00~23:00 平成25年 東御市議会第 2 回定例会 一般質問
24日	(月)	長野県中学校総合体育大会上小地区予選会③ <議会中継録画> 21:00~23:00

25日	(火)	長野県中学校総合体育大会上小地区予選会④ <議会中継録画> 21:00~23:00 平成25年 東御市議会第 2 回定例会 一般質問
26日	(zk)	長野県中学校総合体育大会上小地区予選会⑤ <議会中継録画> 21:00~23:00 平成25年 東御市議会第 2 回定例会 一般質問
27日	(木)	長野県中学校総合体育大会上小地区予選会⑥ <議会中継録画> 21:00~23:00 平成25年 東御市議会第 2 回定例会 一般質問
28日	(金)	Weekly!ウィークリーとうみ 〜東御市内の話題〜 *放送時間は下記参照
29日	(土)	長野県中学校総合体育大会上小地区予選会⑦
30日	(日)	平成25年度 東御市消防団ポンプ操法大会 〜前 半〜

7月 1日	(月)	平成25年度 東御市消防団ポンプ操法大会 〜後 半〜
2日	(火)	平成25年度 東御市消防団ラッパ吹奏大会 〜団体戦〜
3日	(水)	月刊とうみチャンネル6月号 ~前半~

毎週金曜日放送(6月21日~27日を除く) ※Weekly!ウィークリーとうみ

【放送時間 7:00 10:00 13:00 16:00 20:00 23:00】

※Weekly!ウィークリーとうみ |再| 毎日21:45放送(金曜日を除く)

平成25年 東御市議会第 2 回定例会 一般質問

「とうみチャンネル」は、とうみケーブルテレビと上田ケーブルビジョンに加入されている方で、STB(ケーブルテレビ 専用デジタルチューナー)が設置されているテレビでご覧いただけます。

●問い合わせ先 企画課 ケーブルテレビ係 ☎67-2981

※番組の内容は場合により変更になることがあります。あらかじめご了承ください

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カ 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







田中小学校開校120周年記念事業 「バザーの品物募集のお願い」

おかげさまにて、田中小学校は開校120周年を迎えます。 記念事業の一環としてPTA主催のバザーを開催いたし ます。それに先立ち、市民の皆さまから品物を募集いたし ますので、ご協力をお願いいたします。

○受入日時/7月13日(土)

午前8時30分~午前10時30分

○受入場所/加沢・常田・県・西海野・城ノ前の各公民館 本海野ふれあいセンター、田中コミュニティ ーセンター、田中小学校 体育館

○受入品 衣食住品(酒類や生もの以外)

●問い合わせ先/田中小学校120周年記念事業 事務局

(青木・平沢) ☎62-0001

昔なつかしい木の実を採ろう

今年もご好評の、木の実の収穫を計画しました。そのま まを味わったり、ジュース、ジャム、シロップ漬けなどを 作ってみませんか。昔を思い出しながら、お子さんやお孫 さんとお出かけください。事前にご連絡いただければ、無 料で差し上げます。

○滝の沢の森 アトリエドフローマージュ様 西側150m

・ぐみの実 6月25日 (火) ~6月30日 (日)

・ゆすら梅 7月1日 (月) ~7月10日 (水)

○水車の森 アトリエドフローマージュ様 東北側400m

・西洋スグリ・房スグリの実

7月5日(金)~7月15日(月・祝) ※西洋スグリはトゲがありますので、革・ ゴム手袋をご持参ください。

・庭梅の実 7月25日 (木)~8月5日 (月)

●申し込み・問い合わせ先/東御市自然と遊ぶ会

(森) **2** · FAX62 – 3850 **2**090 – 9358 – 1591

「ライトダウン2013」実施

~でんきを消す夜。

地球を想う夜が、ちょっとステキになりますように~ 毎年夏の恒例行事となった「ライトダウンキャンペー ン」。本年度は「ライトダウン2013」と題して、全国のラ イトアップ施設や各家庭のあかりの「ライトダウン」を通 じ、より一層の温室効果ガスの削減を呼びかけます。

○日時/6月21日(金)~7月7日(日)

○特別実施日/

6月21日(金)午後8時~午後10時 [夏至の日] 夏至ライトダウン 7月7日(日)午後8時~午後10時 〔七夕の日・(クールアース・デー)〕 七タライトダウン

●問い合わせ先/

環境省ホームページ http://coolearthday.jp/

第34回『富士山・青少年国際交流キャンプ』 のご案内

○期間 / 7月31日 (水) ~ 8月4日 (日) 4泊5日

- ○場所/山梨県本栖湖青少年スポーツセンター
- ○定員/日本人80名 外国人20名
- ○対象/小学3年生~中学3年生
- ○内容/富士登山、テント設営・生活体験、野外炊飯体験、 キャンプファイヤー、ワイドゲーム、本栖フレン ドパーク、アンダースタースリーピングなど
- ○締切/7月5日(金)

※詳細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/財団法人国際青少年研究協会 (東京都港区三田5-7-8-921)

(髙田) ☎03-6459-4661

放送大学10月入学生募集

放送大学では、平成25年度第2学期(10月入学)の学生 を募集しています。放送大学は、テレビなどの放送を利用 して授業を行う通信制の大学です。働きながら学んで大学 を卒業したい、教養を深めたい、仕事に活かしたいなど、 様々な目的で幅広い世代、職業の方が学んでいます。 詳しい資料を無料でお送りいたします、お気軽にお問い合 わせください、ホームページでも受け付けております。

○出願期限/8月31日(土)

●資料の請求・問い合わせ先/

放送大学長野学習センター ☎0266-58-2332

お墓・霊苑、墓地選びから墓 **込まで何でもご相談ください。** お墓ディレクターがお客様の墓所に合わせたデザインをご提案いたします

東御市御牧原/東御市御牧原1799-2

ほたるの里 使用料

■宗教、宗旨、宗派に一切の制限がありません。 ■ 公式 (水道) は いっぱ に 配駐車場、水道、手桶、トイレ、管理事務所完備! △美しい浅間山を背景に、大自然に囲まれた聖地! ③防犯設備設置済み!

⑤ご面倒なお付き合いはありません。 6個人永代墓区画完備!継承者のいない方でも安心! ■ペットと一緒に入ることも可能です。

家族の絆を大切にします。 お気軽にお問合わせください

墓石・墓苑の

中部電力生活協同組合指定店

相談および霊園のご見学希望の方は ご自宅からの送迎サービス実施中!!

化小 株式会社

യ 0120-085-927

■軽井沢事務所/北佐久郡御代田町草越1174-41 TEL.0267-32-1161

開園期間/4月1日~11月30日 営業時間/AM9:00~PM5:00

http://www.kizuna-corp.co.jp (絆コーボレーション) 検

調理師および製菓衛生師 試験受験案内

- ○試験日/9月11日(水)午後1時~午後3時 受 付 午前11時30分~午後0時30分
- ○試験場所/上田創造館 文化ホール (上田市上田原1640)
- ○願書受付/期 間 7月9日(火)~7月11日(木) 午前9時~午後5時(当日消印有効)

提出先 上田合同庁舎 6階 601号 会議室

※詳細につきましては、お問い合わせください。

●問い合わせ先/上田保健福祉事務所 食品・生活衛生課 (上田市材木町1-2-6) ☎25-7153

「心に残る『ふるさと信州』の情景」 がある写真の募集

大自然や四季の彩りを感じる風景、地域や地形によって 異なる農作物の風景、地域の風土に馴染んだ建造物など、 これらの多彩な農村風景には「信州らしさ」や「ふるさと」 をかもし出す風景があります。

この「信州らしさ」や「ふるさと」が実感できる農村風 景を県民の皆様に再発見していただき、その農村風景の魅 力を県内外に発信していくため、「心に残る『ふるさと信州』 の情景」をテーマとした農村風景写真を広く募集し、「ふ るさと信州風景百選」を刊行します。

- ○募集する農村風景写真/
 - ①地域の地形の特徴を反映した土地利用がなされている
 - ②生活の営み、地域の歴史や文化を感じさせる風景
 - ③地域の特産物を栽培する人々の姿、農地の様子や農産 物などがある風景
 - ④風雪に耐えて存在感をみせている建築物、構築物のあ る風景
 - ⑤多様な生き物の営みを感じることができる風景
- ○募集期間/9月30日(月)まで
- ○応募先/上小地方事務所建築課 ☎25-7142
- ●問い合わせ先/県庁建築指導課 ☎026-235-7348 http://www.pref.nagano.lg.jp/jyuutaku/kentiku/ fukei/hyakusen.htm

「協働コーディネートデスク」オープン

協働に関するさまざまな相談や協働提案を受け付け、コ ーディネートする窓口 「協働コーディネートデスク」 を 長野県庁 県民協働・NPO課内に設置しました。

- ○設置場所/県庁東庁舎1階 県民協働·NPO課内
- ○活用方法/
 - ①なんでも相談

「連携できる団体を探したい」、「協働を進めるコツ は?」など協働について「なんでも相談」を受け付け ます。分からないことがあればお気軽にご相談くださ 11

②コーディネート

県の複数の部局や現地機関にまたがる提案も、担当 を明らかにして情報交換・意見交換の場をセッティン グします。関係者の意識・目的の共有を図り、協働が スタートするまでをコーディネートします。

- ○利用時間/平日 午前8時30分~午後5時15分
- ■問い合わせ先/

協働コーディネートデスク ☎026-235-7190 県庁県民協働・NPO課 2026 - 235 - 7189

「B型肝炎訴訟無料説明会」開催

○日程/①6月23日(日)午前10時~正午 佐久勤労者福祉センター 視聴覚室 3階 ②8月4日(日)午前10時~正午

上田勤労者福祉センター 第1会議室 2階

○内容/B型肝炎訴訟についての説明

弁護団の弁護士が、どのような方がB型肝炎訴 訟を提起することが可能なのか、その際に必要と なる証拠は何か等について説明します。(1時間 半程度の説明後、30分程度質疑応答・個別相談等 の時間を設けます。

※参加費無料、事前予約も必要ありません。

●問い合わせ先/B型肝炎長野県弁護団東信支部

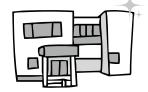
弁護士 山下 潤 ☎29-1860 弁護士 佐藤芳嗣 ☎27-9349

くるみ幼稚園バザー開催

野菜・花・家庭用品・手作りのおやつ・布小物類などの 販売と、楽しく遊べるコーナーなどを、たくさんご用意し てお待ちしております。ご家族そろっておでかけください。

- 〇日 時/7月6日(土) 午前10時~正午
- ○場 所/くるみ幼稚園ホール・園庭
- ○その他/マイバック持参にご協力ください。 駐車場が狭いので、乗り合わせてお越しくださ
- ●問い合わせ先/くるみ幼稚園 ☎62-0164





フ目の子育て (ンフォメ



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

7月4日(木) 祢津地区との合同バザー

所:北御牧庁舎 2階 講堂

持ち物:買い物袋

7月18日(木) わんぱくおさんぽひろばへ 行こう

滋野のびのびっこひろば

7月4日(木) 和地区との合同バザー

集合場所:北御牧庁舎 2階 講堂

持 ち 物:買い物袋

7月18日(木) わんぱくおさんぽひろばへ 行こう

袮津のびのびっこひろば

7月4日(木) 田中地区との合同バザー

集合場所:北御牧庁舎 2階 講堂

持ち物:買い物袋

7月18日(木) わんぱくおさんぽひろばへ

行こう

7月25日(木) 袮津ぽけっとひろばに参加 しよう(7月のお誕生会)

和 の び の びっ こ ひ ろ ば

7月4日(木) 滋野地区との合同バザー

集合場所:北御牧庁舎 2階 講堂

持 ち 物:買い物袋

7月5日(金) 七夕飾りを作ろう

場 所:和コミュニティーセンター 持ち物:はさみ・のり・クレヨン・

サインペンなど

7月18日(木) わんぱくおさんぽひろばへ

行こう

7月26日(金) 和ぽけっとひろばに参加

~れましむめんねし

わんぱく!!おさんぽひろば

7月18日(木)午前9時30分~正午(雨天決行)

集合場所:東御中央公園芝生駐車場

(第一体育館南)

持 ち 物:お弁当(おやつ)·水筒·着替え

帽子・長靴 (親子)・虫かご・雨具

敷物・おしぼり・ごみ袋など

7月2日(火)午前10時30分~11時 ママ~ずのリズム遊び 7月9日(火)午前10時30分~11時30分 育児座談会(篠原君江助産師)

あくすくひろばからの

お知らせ

7月11日(木) 午前10時~11時 おもちゃドクター

7月11日(木) 午前11時~11時30分 すくすくのおたんじょうかい

「和保育園 園長」 7月22日(月) 午前10時30分~11時

ママ〜ずのおはなし絵本

7月24日(水) 午前10時~11時30分

くまさんクラブすくすく相談 テーマ…「乳幼児の言葉」

(芹澤文子相談員)

みまき未来館からの お知らせ

時 間:午前10時~11時30分

7月3日(水) ふれあいひろば(いずみ園)

7月5日(金) おはなしひろば

7月10日(水) わんぱくビクス (中村)

7月17日(水) 0歳児のママひろば

7月23日(火) 描こう!作ろう!

7月25日(木) おもちゃドクター

ぱけっとひろばからの お知らせ

内 容:プール(雨天時は新聞紙プール)

時 間:午前10時~11時30分

持ち物:水筒・おやつ 🗎 可・水着・タオル等

7月12日(金) 北御牧児童館

7月16日(火)田中児童館

7月19日(金) 滋野コミュニティーセンタ・

7月25日(木) 祢津児童館

7月26日(金) 和コミュニティーセンタ

東部子育て支援センター ●問い合わせ先

☎64−5814

北御牧子育で支援センター(北御牧児童館内) 2567-3676

7月の園開放

市立保育園

夏祭りを一緒に楽しみましょう。

7月19日(金)

午後4時~午後5時30分

※田中保育園 ☎62-1602

※袮津保育園 ☎63-6816

※西部保育園 ☎63-6469

※北御牧保育園 ☎67-2093

7月20日(土)

午前9時~午前11時

※滋野保育園 ☎63-6468

※和 保 育 園 **☎**63−6815

海野保育園 ☎62-2800 7月23日(火)

午前9時30分~午前11時

自由の森学園の皆さんの公演に おいでください。

民族舞踊・太鼓・中国舞踊など華 麗な衣装で年齢を問わず楽しめ るステージです。入場無料。

一般の方もお気軽にどうぞ。

7月5日(金)

午前11時~正午

「誕生会」給食を食べよう(要予約)

○こころのデイケア(心に病を持った人たちの憩いの場)

<憩いの時間>~ティータイム(お茶会)~

- と き 6月26日(水) 7月10日(水) 7月24日(水) 7月31日(水)
- じかん 午前10時~午後3時 *お好きな時間にお越しください。
- ところ 東御障がい者相談センターさくら

<事業所見学>

- と き 7月3日(水)じかん 午前10時~正午
- ところ 東御障がい者相談センター さくら(集合)
- ●問い合わせ先

東御障がい者相談センターさくら 田中185-2 (旧服部理髪店)

☎75−0603

◎はーと・ほっと・サロン)

- と き 7月8日(月)
- ・じかん 午後 1 時30分
- ところ 滋野コミュニティーセンター 和室
- *こころに病を持った方、ご家族の方、話 しを聞いてほしい方など、花みずき会 (こころのボランティア会) スタッフ が、お茶をご用意してお待ちしていま す。個別相談も行ないますので、お気軽 においでください。

<レクリエーション>

~運 動~

- ・と き 7月17日(水) ・じかん 午前10時~正午
- ところ 総合福祉センター 2階保健センター

◎陽だまりの会

(精神障がい者家族会)

- と き 8月12日(月)
- じかん 午前10時
- ・ところ 総合福祉センター 3階 301研修室
- *上小圏域障害者総合支援センターに ついて学びましょう。
- *7月の陽だまりの会はお休みです。

◎花みずき会

(こころのボランティア会)

- と き 7月5日(金)
- じかん 午前10時
- ところ 総合福祉センター 3階 301研修室
- ●問い合わせ先 福祉課 福祉援護係(総合福祉センター内) ☎64-8888











—— **3643882** -

❖ 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
6月18日(火)	3 歳 児 健 診	平成22年4月生まれの方
19日 (水)	10カ月児健診	平成24年8月生まれの方
20日 (木)	1歳6カ月児健診	平成23年12月生まれの方
25日(火)	2歳児歯科健診	平成23年4月生まれの方
26日 (水)	4 カ 月 児 健 診	平成25年2月生まれの方

期日	内 容	対 象 者
7月16日(火)	3 歳 児 健 診	平成22年5月生まれの方
17日 (水)	10カ月児健診	平成24年9月生まれの方
23日 (火)	1歳6カ月児健診	平成24年1月生まれの方
24日 (水)	4カ月児健診	平成25年3月生まれの方
25日 (木)	2歳児歯科健診	平成23年5月生まれの方

◆ 個別予防接種 実施期間:通年

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	注意事項
四種混合	初回 期間内に20日~56日までの 間隔で3回接種	生後3カ月~7歳半まで	・接種後6日間は他の予防接種は受けられま
(三種混合/ 単独不活化 ポリオ	追加 初回接種(3回目)から6カ月 以上の間隔をおいて1回接種	生後3カ月~7歳半まで	・せん。 ・ 生後3カ月を過ぎたら早めに 。
麻しん風しん	第1期 期間内に1回接種	生後1歳~2歳未満児	・接種後 27日間 は他の予防接種は受けられません。
混合ワクチン	第2期 期間内に1回接種	平成19年4月2日~ 平成20年4月1日生	・第1期は1歳になったら早めに。 ・2期の接種期間は <u>平成26年3月31日</u> までです。
	初 6日~28日までの間隔で 1 回 2回接種	満3歳~7歳半未満及び 平成7年4月2日生~	・接種後 6日間 は他の予防接種は受けられません。
日本脳炎	期 追 初回接種後の 加 概ね1年後に1回接種	平成19年4月1日生の 1期未終了者	◎法の改正により、平成7年4月2日生~平成 19年4月1日生(7歳半~9歳未満含む)の 方は、20歳に至るまでの期間は定期接種
	2期 (1期終了後)1回接種	9歳以上 で1期終了者	カは、20歳に主るまでの期间は定期接種 の対象となります。
BCG	期間内に1回接種	概ね生後3カ月~1歳に 至るまで(標準接種期 間は5カ月~8カ月)	接種後27日間は他の予防接種は受けられません。集団接種はありません。
子宮頸がん	期間内に3回接種	平成9年4月2日~ 平成14年4月1日生の女子 (小6~高1年齢相当)	接種後6日間は他の予防接種は受けられません。ワクチンによって、接種間隔が変わります。
ヒブ	接種開始月齢によって、回数が変わり ①2カ月~7カ月 初回3回、追加1[②7カ月~12カ月 初回2回、追加1[③12カ月以上 1回 (初回:4~8週の間隔で接種、追加:#	回 計4回 回 計3回 に至るまで	①~③のどれかで接種を受けましょう。接種後6日間は他の予防接種は受けられません。
小児用肺炎球菌	接種開始月齢によって、回数が変わり ①2カ月~7カ月 初回3回、追加10 ②7カ月~12カ月 初回2回、追加10 ③12カ月~24カ月 60日以上の間隔 ④24カ月以上 1回 (初回:4~8週の間隔で接種、追加:4	回 計4回 回 計3回 2カ月~5歳 で2回 に至るまで	①~④のどれかで接種を受けましょう。接種後6日間は他の予防接種は受けられません。

❖平成25年度保健ごよみの訂正について

保健ごよみ(生涯学習カレンダー)について、誤りがありましたので下記のとおり訂正いたします。

*個別予防接種

予防接種名	(誤) 対象者	(正) 対象者	
BCG	生後3カ月~1歳	生後3カ月〜 1歳に至るまで (誕生日の前日まで)	
日本脳炎	平成7年6月1日	平成7年4月2日	
ヒブ	生後2カ月~5歳未満児	生後2カ月~ 5歳に至るまで (誕生日の前日まで)	
小児用肺炎球菌	生後2カ月~5歳未満児	生後2カ月~ 5歳に至るまで (誕生日の前日まで)	
子宮頸がん	中1~高1年齢相当	小6~高1年齢相当	

❖個別予防接種実施医療機関

	(誤)	(正)		
	乳幼児 個別接種	乳幼児 個別接種		
長谷川耳鼻咽喉科医院	0	(BCG以外実施)		
酒井医院	○ (BCG以外実施)	0		

♣ 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
袮 津 診 療 所	東町	62-0273	_
長谷川耳鼻咽喉科 (BCG以外実施)	田中	62-2006	_
酒 井 医 院	城ノ前	64-3170	6月30日
さ さ き 医 院 (BCG、日本脳炎以外実施)	本海野	64-3711	_
ほしやま内科	常田	62-3115	7月7日
春原整形外科クリニック (BCG以外実施)	常田	64-6200	_
せき内科クリニック (BCG以外実施)	白鳥台	64-7171	7月28日
中 島 医 院 (ヒブ・小児用肺炎球菌以外実施)	大日向	67-2777	6月23日
東 御 記 念 セントラルクリニック	県	62-1231	7月14日
東御市民病院	鞍掛	62-0050	7月21日
東御市立みまき温泉診療所 (BCG以外実施)	布下	61-6002	_





- ▶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。
- ●当番時間は各医療機関にお問い合わせく ださい。
- 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」

上田市材木町1-3-6 (上田市立図書館東側)

診療時間 午前9時~午後3時 電話番号 24-8020

※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

* ごっくん離乳食教室

- き 6月28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25年1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

- ŧ 7月12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11月生まれ
- ・持 ち 物 母子手帳、食事用エプロン 8カ月おたずね票

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、保健センターへ持参いただくか ご郵送ください。

🏶 母と子の健康相談

- き 毎週火曜日(祝日を除く)
- ・受付時間 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 などです。お気軽にお越しください。

※ こころの相談

予約制 ☎64-8882

- き 7月11日(木)
- ・受付時間 午後1時30分~午後3時30分
- ・と こ ろ 市保健センター 2名まで
- 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 2564-8883

- لح き 月~金曜日(祝日を除く)
- ・受付時間 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

- لح き 毎月第2・第4月曜日(祝日除く) 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ご家族等の相 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。