

文化会館インフォメーション  
~INFORMATION~

ホール

### 武田鉄矢がやってくる 海援隊コンサート2008



★6/28(土) 17:30開演(17:00開場)  
4/26(土)よりチケット発売開始  
4,500円(全席指定)

### 丸山晚霞記念館

■6/8(日)まで

### 丸山晚霞 常設展示「旅の風景」

丸山晚霞の生涯は一言で表現するならば「旅」。  
晚霞が旅先でとらえた一瞬を暖かな色彩で描いています。

●丸山晚霞記念館と梅野記念絵画館は、相互割引をしています。期間中両方で800円です。

お問い合わせは 東御市文化会館サンテラスホール ☎62-3700 FAX62-3262まで ■休館日 月曜日・祝日の翌日  
プレイガイド 市内/ながしカメラ ☎63-6978 BOOK BOX東部店 ☎64-4001 西友東部店 ☎63-7771  
市外/平安堂上田市内各店 東御市文化会館 ☎62-3700

展示室

### 第1回 東御市

## 油絵同好会展

4月19日(土)~29日(火)

### 堀内和川金婚記念作品展

5月10日(土)~15日(木)

第13回

## 香東会書展

5月16日(金)~25日(日)

### 梅野記念絵画館・ふれあい館インフォメーション



「君が命の糧であった…」 青木を生涯愛した友情のドラマ

### 梅野満雄と親友・青木繁展

時を超えた静寂 いおずみきのと

### 五百住乙人展

大人気 5/10(土) 14:00  
五百住乙人ギャラリートーク  
入館料のみ 要予約(定員までと僅か)



ありがとう 10周年

## 梅野記念絵画館

信州・東御市

www.umenokinen.com

〒389-0406 長野県東御市八重原935-1 ■ TEL 0268-61-6161 ■ 9:30~17:00 ■ 高校生以上800円 ■ 月休(但し4/28は開館、5/7は休館)

(「こちらからは主に募集・お知らせ記事が掲載してあります。')

# 唱歌童謡教室受講生募集

- ♪日 時 平成20年5月～平成21年3月  
(主に毎月第2金曜日 午後1:30～3:00)
- ♪場 所 中央公民館 視聴覚室
- ♪募集人員 約60名
- ♪受講料 3,000円
- ♪開講式 5月9日(金) 午後1:30～ 中央公民館講堂
- ♪申込み 4月25日(金)まで



使用する歌集は「愛唱名歌」(平成18年度から使用)です。  
お持ちでない方は、開講式の際別途購入していただくようになります。(1冊約1,000円)

●申し込み・問い合わせ先 生涯学習課 生涯学習係 ☎64-5885 FAX64-5610

東御市子ども会  
育成連絡協議会

## ジュニア野外体験学校

### 参加者募集!

- ★テントを張って、その中で寝ます!
- ★外で飯ごう炊飯をします!
- ★星空の下、キャンプファイヤーをします!

(自然・発見) (自分・挑戦) (友だち・出会い) をテーマに、学校・学年を超えた  
野外活動を通して、「生きる力」を育みます。奮ってご参加ください。

主 催 東御市子ども会育成連絡協議会・東御市教育委員会  
日 時

回	事業名	日 時	内 容	場 所
1	事前学習会	5月24日(土) 午後1時30分～4時	顔合わせ 学習会	中央公民館
2	野外体験Ⅰ 日帰りキャンプ	6月22日(日) 午前8時30分～午後4時	テント設営 野外炊飯	北御牧明神館 テントサイト
3	野外体験Ⅱ 宿泊キャンプ	7月19日(土)午前8時30分～ 7月20日(日)正午(一泊二日)	テント設営 野外炊飯	湯の丸高原 キャンプ場

対 象 市内小学校4、5、6年生 40名 ※3回の研修にすべて参加できる児童  
費 用 1人1,000円(保険料など)

※雨天でも実施します。

※当日欠席または事前にキャンセルされても、費用は返金できませんのでご承知ください。

申し込み 下記の申込書を切り取り、中央公民館へ費用1,000円と共に提出してください。

4月21日(月)～ 受付時間は午前9時～午後5時。定員になり次第締め切ります。

問い合わせ 中央公民館内 青少年係 ☎64-5885

キ リ ト リ セ ン

ジュニア野外体験学校に申し込みます。

児 童 氏 名	ふりがな	保護者氏名	①	区	
学 校 年 組	小学校 年 組	住 所		電 話	
性 別	男 ・ 女	緊急連絡先			

# 百体観音ふれあいうオーク 参加者募集

“今年は、往復コースになりました”

- 開催日 平成20年5月18日(日) ※雨天中止
- 集合場所 中央公園芝生広場
- 時間 受付時間：午前7時45分～8時15分  
出発時間：午前8時30分から長いコース順に出発します。
- コース ①ぶらぶらコース (芝生広場⇄10番観音【折返し】/8km)  
②さわやかコース (芝生広場⇄50番観音【折返し】/18km)  
③チャレンジコース(芝生広場⇄80番観音【折返し】/26km)  
※1 さわやかコースとチャレンジコースは時間制限があります。それぞれ、30番チェックポイントと50番チェックポイントを11時までには通過しないと下級コースに変更になります。  
※2 さわやかコースとチャレンジコースは、折返し地点を午後12時30分までに出発していただくようになります。
- 持ち物 水筒・雨具・帽子・タオル・昼食など
- 参加資格 上小地域に在住・在勤・在学の方など
- 申込期間 平成20年4月21日(月)～5月9日(金)【定員になり次第締切】
- 申込先 生涯学習課 スポーツ係(第一体育館)  
※必要事項をご確認の上、電話等で直接お申込ください。  
※ただし、平日の午前9時～午後5時までの間  
◆TEL62-2200 ◆FAX62-3417  
【必要事項：氏名・住所・年齢・電話番号・参加コース】
- その他 ① 昼食は、さわやかコースとチャレンジコースは折返し地点で各自おとりください。ぶらぶらコースは芝生広場に到着後おとりください。  
② スタンプラリー方式で行います。(10番観音ごと)  
③ ゴール後に抽選会を行います。  
④ さわやか・チャレンジコースは、登り下りの激しい往復コースになります。予め体力に合わせてご選択ください。



●問い合わせ先 生涯学習課スポーツ係 ☎62-2200

# たけのこ学級受講生募集

お子さんの健やかな成長とともにお母さん自身も学び、子育てを相談しあえる仲間作りをしましょう。

☆対象者 入園前のお子さんをお持ちのお母さん

こあら組 2才くらいのお子さんをお持ちの方 (定員35名)

ひよこ組 0才～1才くらいのお子さんをお持ちの方 (定員35名)

\*お父さん・おじいちゃん・おばあちゃんもぜひ一緒にどうぞ。

☆申し込み期間 4月21日(月)～5月7日(水) (土日祝日を除く)

※定員になり次第締め切ります

☆参加費 1800円 (安全保険料500円を含む)

☆託児 学習内容に応じ、保育ボランティアさんにお子さんを預かっていただくことができます。

(保育希望の方は学習開始時間の15分前までに、子育て支援センター「すくすく広場」へお越しください。)

ご自分のお子さんを遊ばせながら、お互いのクラスの保育ボランティアとしてご協力をお願いすることもあります。



## 20年度 たけのこ学級 学習計画

こあら組					ひよこ組				
回	月日	学 習 内 容	講 師	時 間	月日	学 習 内 容	講 師	時 間	
1	5/23 (金)	こあら・ひよこ 合同開講式							10:00 ～11:30
2	6/9 (月)	発酵器がなくても大丈夫! 「やさしいパン作り」	製薬衛生師 菊地貴美子さん	10:00 ～12:00	6/23 (月)	マドレーヌに挑戦 「簡単 お菓子作り」	製薬衛生師 菊地貴美子さん	10:00 ～12:00	
3	7/14 (月)	「子どもの育ちに 寄り添う」	上田女子短大附属 幼稚園園長 兎束 淑美さん	10:00 ～11:30	7/4 (金)	うちの子「歯磨き」大嫌い!? 「乳歯を守るQ&A」	あんざい歯科医院 副院長/小児歯科医 安斎 理江さん	10:00 ～11:30	
4	8/21 (木)	～ママの笑顔が大好き～ 「ビューティー・スマイル ・デザインング」	ヴェーネレ講師 丸山 陽子さん	10:00 ～11:30	8/29 (金)	目指せ!貯め家計 「家計簿 基本のきの字」	上田友の会 森 美子さん	10:00 ～11:30	
5	10/2 (木) 雨天順延	みんなで大きなバスに乗って 「南城公園であそぼう」			9:30 ～13:00	9/11 (木)	体に効く・心に効く 「リラックス・ヨガ」	ライフヨガカンパニー 町 季与子さん	10:00 ～11:30
6	10/15 (水)	こあら・ひよこ合同講演会「体験活動が子どもの心を育てる」					信州大学教育学部 教授 平野 吉直さん	10:00 ～11:30	
7	11/10 (月)	生活を豊かに 「アロマのある暮らし」	アロマコーディネーター 協会インストラクター 五十嵐知子さん	10:00 ～11:30	11/25 (火)	初めてのアロマ 「香りを楽しむ」	アロマコーディネーター 協会インストラクター 五十嵐知子さん	10:00 ～11:30	
8	12/10 (水)	聴いて・歌って・踊って こあら・ひよこ合同「ママといっしょのピアノコンサート」					カワイ音楽教室講師 清水亜由美さん 寺島佐智子さん	10:00 ～11:30	
9	1/22 (木)	キレイと元気をつくる! 「ママのための ヨガ・レッスン」	ライフヨガカンパニー 町 季与子さん	10:00 ～11:30	1/27 (火)	「運動好きな子どもを育てよう」 ～運動神経は遺伝しない～	身体教育医学研究所 健康運動指導士 渡邊 真也さん	10:00 ～11:30	
10	2/6 (金)	こあら・ひよこ合同閉講式 講演会「ともに生きる喜び」					ピアカウンセラー 広沢里枝子さん	10:00 ～12:00	

●申し込み・問い合わせ先 生涯学習課 男女共生係 ☎64-5906 FAX64-5610

(男性の参加もお待ちしています。)

楽しみながら学び合いましょう！お友達になりましょう！お互いを高めましょう。

新しいことに挑戦しましょう。運営委員をやってみましょう。

環境や健康についての学習、史跡めぐりやコンサートなど魅力ある内容がいっぱいです。

- 申込受付 4月21日(月)～5月1日(木)
- 開講式 5月14日(水) 午後1時30分から 中央公民館 講堂  
申し込まれた方のご出席ください。
- 受講料 1,000円 (開講式当日ご持参ください)  
(他に保険料・食事代・旅行費・入館料等は別途必要です。)
- 定員 100名 (先着順。できるだけ全ての講座に参加できる方。)

### ＜女性学級 20年度 年間計画＞

月日	テーマ・学習内容	講師	学習時間
5月14日 (水)	・開講式 教育長あいさつ ・環境講演会 「我が家でできるエコ対策」 ＜中央公民館＞	環境カウンセラー 宮原 則子さん	午後1時30分 ～3時
6月3日 (火)	・高齢者大学参加 「昔話“桃太郎”から学ぶ(仮題)」 ＜中央公民館＞	北海道・元市立名寄短期 大学学長 松岡 義和先生	午後1時 ～3時
7月2日 (水)	・史跡めぐり 「歩き巫女 在りし日のたたずまいを探る」 ＜祢津方面＞	長野県文化財保護協会 理事 長岡 克衛さん	午後1時 ～5時
8月20日 (水)	・健康講演会「ストレスと上手におつきあいしましょう。」 ＜中央公民館＞	産業カウンセラー 浅倉 邦彦さん	午後1時30分 ～3時
9月24日 (水)	・テーブルマナーを学ぼう 「軽井沢で優雅にいただく洋食」	エクシブ軽井沢	午前11時 ～午後3時
10月29日 (水)	・県内視察研修旅行 「いいやまの原風景と小菅神社」 ＜飯山市方面等＞	中央公民館長 社会教育指導員	午前8時頃～ 午後5時
11月5日 (水)	・歌とピアノの演奏会「優しいひと時の贈り物」 ＜梅野記念絵画館＞	歌 小山 洋代先生 ピアノ 大森 晶子先生	午後1時30分 ～3時
12月3日 (水)	・ヨガに挑戦 「楽しみながら身体と向き合う気持ち良さを体験」 ＜中央公民館＞	町 希与子さん	午後1時30分 ～3時
1月14日 (水)	・人前で話すコツ 「コミュニケーションの方法を学ぶ」 ＜中央公民館＞	コミュニケーション カウンセラー 山田千津子さん	午後1時30分 ～3時
2月4日 (水)	・講演会 今泉公民館長のお話 ・閉講式 茶話会 ＜中央公民館＞	中央公民館長	午後1時30分 ～3時

\*この計画は、一部変更になることがあります。その際は、早めにお知らせいたします。

●申し込み・問い合わせ先 生涯学習課 男女共生係 ☎64-5906 FAX64-5610

# 平成20年度 生涯学習まちづくり出前講座のご案内

市では、みなさんの指定された日時・場所へ、市役所職員が業務に関わる話や実習などを「出前」する「生涯学習まちづくり出前講座」を開講します。どうぞお気軽にお申し込みください。

## ①申し込みできるのは

市内に在住・在勤・在学している、原則として10人以上の人で構成された団体やグループなどです。

## ②出前講座の内容は

原則として、下の講座メニュー一覧表の中からお選びください(メニューにない内容でもご相談ください)。

## ③出前時間と場所は

平日の午前9時から午後9時までの2時間以内。  
土・日・祝日は、原則として閉講です。

## ④会場や場所の確保は…

この講座は、市民の方が主催者になり、そこへ市役所の職員を派遣するシステムですので、ご自宅でも可

番号	講座名(担当課&所用時間)	講座内容
1	みんなの選挙、明るい選挙 (総務課・60分)	やさしい選挙制度 (政治団体からの依頼は不可)
2	東御市の財政状況等について (総務課・60分)	市の財政状況等について
3	東御市の総合計画と 平成20年度重点施策 (企画課・60分)	・総合計画と基本計画 ・平成20年度重点施策
4	東御市の統計 (企画課・30分)	統計から見た市の状況
5	税金の話 (税務課・60分)	税の種類やしぐみ
6	市民課窓口業務講座 (市民課・60分)	戸籍、住民登録、印鑑登録 の届出や証明書等の交付に ついて
7	生活環境の話 (市民課・60分)	身近な生活環境の問題と環 境基本計画について
8	クリーンリサイクルタウン 東御市<説明会編> (市民課・60分)	東御市のごみ出しルールと ごみ、資源物の現況
9	クリーンリサイクルタウン 東御市<施設見学編> (市民課・90~120分)	東御市のごみ処理等の施設 見学
10	国民健康保険の話 (市民課・60分)	国民健康保険の制度と手続 きについて
11	国民年金の話 (市民課・60分)	国民年金の制度と手続きに ついて
12	後期高齢者医療制度 (市民課・60分)	後期高齢者医療制度の概要 と手続き
13	親子のかかわり (健康保健課保健係・ 60分)	子どもの「生きる力」を育 てる接し方

番号	講座名(担当課&所用時間)	講座内容
14	こころの健康 (健康保健課保健係・ 60分)	「うつ」など、こころの病 の予防法、治療について
15	おいしく食べて健康生活 (健康保健課健康増進係・ 60分)	・自分に合った食事量 ・生活習慣病を防ぐための 正しい選び方、食べ方につ いて
16	毎日できる簡単トレーニング (健康保健課健康増進係・ 60分)	・生活習慣病を防ぐための ストレッチ、筋力トレー ニングなど、家でもできる 体操の紹介 ・正しいウォーキング、水 中運動の方法について
17	生活習慣病を防ぐ!! (健康保健課健康増進係・ 60分)	・体のしくみ、血液検査の データの見方 ・生活習慣病を防ぐための 生活習慣について
18	保育園のしくみ・子育て支 援業務と乳幼児の遊び講座 (子育て支援課・120分)	保育園の概要、親子で楽し く遊べるゲーム・おもちゃ 作り
19	東御市の農業用水 (農政課・40分)	農業用水の役割と現状
20	東御市の農業 (農政課・40分)	市の農業の現状と課題など
21	中小企業向けの 助成金・融資制度 (商工観光課・30分)	商工業振興条例助成金と融 資制度について
22	湯の丸高原の四季 (商工観光課・30分)	湯の丸高原の四季をビデオ を通して花を中心に紹介
23	住宅が建設できる場所は どういうところ (建設課・30~60分)	農振、建築確認、道路、用 途地域について
24	潤いのある道づくり (建設課・30~60分)	地域の工夫を活かした道路 について
25	都市計画制度 (建設課・60分)	都市計画の制度全般につい て
26	救急講習会 (消防署・120分)	応急手当、心肺蘇生、A E Dの基礎的な知識

能ですが、会場の手配や準備は申し込み者側でお願いします。

**⑤講師料は**

一切無料です。ただし、講座に必要な材料費等が必要な場合もあります。

**⑥申し込み方法は**

講座の出前を希望する団体やグループの代表者は、担当課と相談後、開催しようとする日の2週間前までに、中央公民館生涯学習係へ申込書を提出してください。(申込書は中央公民館にあります)

**⑦申し込みできない場合…**

政治、宗教、営利を目的とした催し等は、出前をお断わりする場合があります。

**⑧その他…**

出前講座は、派遣講師の説明に関する質問や建設的な意見交換は含みますが、専ら苦情等を述べる場ではありませんので、ご理解のほどお願いいたします。

**⑨申し込み・問い合わせ先**

中央公民館内生涯学習係  
☎64-5885(直通) FAX64-5610



番号	講座名(担当課&所用時間)	講座内容	番号	講座名(担当課&所用時間)	講座内容
27	防災について (消防防災課・90~120分)	災害への日頃からの備え	40	市の社会教育のあらましと 公民館活動 (生涯学習課・60分)	東御市の生涯学習、社会教育計画について
28	人権講座 (教育課・60分)	差別のない社会づくりをめざして、人権感覚を高める	41	男女共同参画のまちづくり (生涯学習課・30~60分)	一人ひとりが輝く地域づくりをめざして
29	東御市の文化財・ 埋蔵文化財 (教育課・90~120分)	市内の文化財・埋蔵文化財と発掘された遺物について	42	おはなしサービス (図書館・60分)	紙芝居、パネルシアター、読み聞かせ、ブックトーク
30	家庭教育講座 ~家庭の教育力の向上に向けて~ (教育課・60分)	「家庭の教育力向上を図る委員会」からの呼びかけの具体的内容について	43	あなたの図書館活用術 (図書館・60分)	広がる図書館サービス、暮らしに役立つ図書館活用術
31	進みゆく東御市の下水道 (施設見学含む) (上下水道局・90分)	市の現状、下水道の果たす役割、下水が浄化されるまで	44	古い仕度講座 (福祉課・60分)	豊かに老いるためにここからだに必要なこと
32	水道水のしくみ (上下水道局・120分)	施設見学を行いながら水道水のしくみと意識啓発を行う	45	介護保険ってなあに? (福祉課・60分)	介護保険制度、高齢者福祉サービスについて説明、紹介します
33	乳幼児に多い病気とケガ (東御市民病院・60分)	いざという時の応急措置について	46	はじめましょう、介護予防 (福祉課・60分)	介護が必要な状態にならないように、予防のポイントをお話します
34	禁煙を考えてみませんか (東御市民病院・60分)	禁煙支援の方法を一緒に考える	47	高齢者の病気あれこれ… (福祉課・60分)	高齢者に多い最近の病気を予防も含めてわかりやすくお話します
35	薬物乱用防止 (東御市民病院・60分)	覚せい剤、麻薬乱用による害について	48	家庭介護の方法 (社会福祉協議会・60分)	寝たきり高齢者、認知性高齢者の介護方法について
36	薬との上手なおつきあい (東御市民病院・60分)	薬の飲み方・飲んだ後、薬はどうなるのか	49	ボランティア!あなたも活動できるきっかけづくり (社会福祉協議会・60分)	体験を通じてボランティア活動を考える
37	糖尿病の話 (東御市民病院・30分~60分)	糖尿病の説明、生活、検査、薬の話、食事	50	地域福祉活動を推進しよう (社会福祉協議会・60分)	地域の福祉活動や進め方について
38	生涯学習で地域に息吹を (生涯学習課・60分)	生涯学習まちづくりで地域の活性化	51	福祉マップをつくろう! (社会福祉協議会・60分)	福祉マップの作り方を共に学びます
39	青少年の健全育成 (生涯学習課・60分)	~地域で育てようおらほの子ども~青少年の健全育成について	52	障がいを持つ人の理解と福祉体験 (社会福祉協議会・60分)	車いす・ガイドヘルプ・手話・点字・高齢者体験や障がいを持つ人の体験談を聞く

# 保 健 案 内



連絡先はこちらへ!!

東御市保健センター(鞍掛197番地「総合福祉センター」内)  
 ☎64-8882 FAX 64-8880 有線52-2153

## ◎乳幼児健康診査

受付/午後1時~1時15分  
 (3歳児健診のみ受付午後0時45分~1時)  
 場所/市保健センター



期 日	内 容	対 象 者
4月22日(火)	1歳6か月児健診	平成18年10月生まれの人
23日(水)	4か月児健診	平成19年12月生まれの人

\* 8か月児おたずね票は、満8か月になってから記入し、市保健センターへ郵送または持参してください。

## ◎集団予防接種〈保健センターで行います〉(料金は無料)

- ・受付時間: 午後1時15分~1時30分
- ・持 ち 物: 母子手帳・予診票・体温計(接種前の体温を会場で測ります。)

予防接種名	日 程	注 意 事 項
ポリオ 生後3カ月~7歳半まで	4/18(金)・4/25(金) 5/7(水)・5/13(火) 5/19(月)	・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。
BCG 生後3カ月~6カ月まで	5/16(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。 ・BCGは、生後3~6か月の間で受けなければなりません。

## ◎個別予防接種 (料金は無料)

- ・保護者が直接、下記医療機関に予約をして予防接種を受けてください。

予 防 接 種 名	対 象 者	実 施 期 間	注 意 事 項	
三種混合 (ジフテリア 百日せき 破傷風)	初回 期間内に20日~56日までの間隔で3回接種	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)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	通 年	・接種後27日は他の予防接種は受けられません。 ・第2期、第3期、第4期の対象者は、流行しやすい春(4月~6月)に接種するようにしましょう。	
	第2期 期間内に1回接種			生後1才から2才になる児
	第3期 期間内に1回接種			年長児(来年入学児)
	第4期 期間内に1回接種			中学1年生に相当する者
			高校3年生に相当する者	

## ◎乳幼児個別予防接種 医療機関

医 療 機 関 名	住 所	電 話 番 号
柳 沢 医 院	滋野乙3095	62-0192
祢 津 診 療 所	祢津343-2	62-0273
長谷川耳鼻咽喉科	県124-3	62-2006
酒 井 医 院	田中800-51	64-3170
さ さ き 医 院	本海野1673-1	64-3711

医 療 機 関 名	住 所	電 話 番 号
ほ し や ま 内 科	常田172-1	62-3115
せき内科クリニック	本海野1496-102	64-7171
東 部 ク リ ニ ッ ク	田中193	62-1751
中 島 医 院	八重原2403	67-2777

## ◎母乳相談日（予約制）

- ・と き 4月23日(水)、5月28日(水)
- ・と ころ 市保健センター
- ・スタッフ 助産師
- ※妊娠中・授乳中・卒乳などで相談したい人

## ◎もぐもぐ離乳食教室

(午前9時30分～11時30分)

- ・と き 5月8日(木)
- ・受付時間 午前9時30分～9時45分
- ・と ころ 市保健センター
- ・対 象 児 平成19年9月生まれ
- ・持 ち 物 母子手帳  
赤ちゃんすくすくブック  
8か月児おたずね票

## ◎母と子の健康相談

- ・毎週火曜日（祝祭日除く）
- ・午前9時～11時ころまでにお出かけください
- ・と ころ 市保健センター
- ・スタッフ 保健師・栄養士

## ◎メタボリック相談

- ・毎週火・水・木曜日（祝祭日除く）  
午前9時～午後5時
- ・場 所 総合福祉センター 健康増進係
- ・相談ダイヤル ☎64-8883

## ◎断酒会

- ・と き 4月28日(月)、5月12日(月)午後7時～9時
- ・と ころ 市中央公民館
- アルコール依存から立ちあがろうとする方、その家族、  
また関心のある人などどなたでも参加できます。

## ◎花みずき会(こころのボランティア)

- ・と き 5月9日(金)午前9時30分
- ・と ころ 市保健センター

## ◎陽だまりの会(精神障害者家族会)

- ・と き 5月15日(木) 10:00～
- ・と ころ 市保健センター集合

## ◎精神障害者デイケア

- ・と き 5月21日(水) 9:30～
- ・と ころ 市保健センター

## ◎こころの相談日(予約制)

- ・と き 4月23日(水)午前中
- ・と ころ 市保健センター
- ・スタッフ 保健師

## ☒ 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連絡してください。
- 当番時間は平常どおりです。(午前中宅診、午後往診)

4月 20日 酒 井 医 院 ☎64-3170 城ノ前

27日 東 御 市 民 病 院 ☎62-0050 鞍 掛

5月 4日 柵 津 診 療 所 ☎62-0273 東 町

11日 せき内科クリニック ☎64-7171 白鳥台

18日 さ さ き 医 院 ☎64-3711 本海野

## 休日歯科当番表

(午前中のみです)

4月 20日 くるみ歯科クリニック ☎64-6400 東御市大石

ベルク 歯 科 ☎26-5022 上田市中之条

27日 小田中歯科医院 ☎24-8130 上田市天神

29日 マ ツ オ 歯 科 ☎28-8777 上田市常田

5月 3日 小林 歯 科 医 院 ☎25-1325 上田市中央

草間 歯 科 医 院 ☎42-2165 上田市上丸子

4日 井出 歯 科 医 院 ☎22-3523 上田市常盤城

アップル 歯 科 ☎21-1818 上田市上田原

5日 竹内 歯 科 医 院 ☎27-2234 上田市上田原

蒼久保 歯 科 医 院 ☎35-0507 上田市蒼久保

6日 布施 歯 科 医 院 ☎24-1671 上田市古里

11日 ハートフル 歯 科 医 院 ☎28-8727 上田市中之条

18日 宮下 歯 科 医 院 ☎22-2341 上田市中央

※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  
フリーダイヤル 0120-89-0421

医療機関名	住 所	電話番号
東 御 記 念 セントラルクリニック	県165-1	62-1231
東 御 市 民 病 院	鞍掛198	62-0050
東 御 市 立 みまき温泉診療所	布下6-1	61-6002
● 春 原 整 形 外 科 ク リ ニ ッ ク	常田399-1	64-6200

●印……麻しん風しんのみ

# 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。  
 メールアドレス: shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp  
 F A X 63-5431  
 ●送付先 東御市役所総務部企画課 広報担当まで

## 第36回 東信(上小)美術展

- 会期/4月20日(日)~4月27日(日)  
午前9時~午後5時(最終日午後4時)
- 場所/上田創造館大ホール
- 入場料/大人350円 学生200円  
小中学生・身障者・高齢者(75歳以上)無料
- 作品/日本画、洋画、彫刻、工芸
- 問い合わせ先/東信美術会事務局 ☎26-6161 篠原

## いけばな小原流上田地区展 “春 麗らか”

- 日時/4月26日(土)~27日(日) 午前10時~午後5時
- 会場/リヴィン上田店 4階第二美術サロン
- 入場料/無料
- 主催/財団法人 小原流信濃支部
- 後援/財団法人 小原流本部
- 問い合わせ先/☎・FAX62-0043 松本

## 祢津東町歌舞伎公演

- 日時/4月29日(火・昭和の日) 小雨決行
- 場所/日吉神社境内東町歌舞伎舞台(文化14年建築)
- 日程/開 場 午前10時  
三 番 叟 午前10時30分  
土蜘蛛退治 午前11時(祢津小歌舞伎クラブ)  
ハンの星 午後1時10分  
絵本太功記一十段目一 午後2時20分  
(東町歌舞伎保存会)  
閉 場 午後3時30分(予定)
- 入場料/無料
- 主催/東町区・東町歌舞伎保存会
- 問い合わせ先/☎62-0524 柳沢

## 園児サッカー教室新年度生募集

- このサッカー教室は、サッカーの早期教育を提案しているのではありません。元気でたくましいこどもをたくさん育てることを目標としています。
- サッカーを通じて、スポーツとの良い出会いのチャンスを提供しています。
- 募集対象/年長児・年中児(男女不問)
  - 募集開始/随時
  - 参加料/スポーツ保険料500円  
年会費2,000円
  - 場所/市体育施設・小学校施設等

(体育館を使用します)

- 日時/日曜日午前9:00から10:00(月2回通年)
- 応募先/実行事務局 高橋俊典 ☎62-2069

## 日本語教室生徒・講師募集

日本語教室「あいうえおの会」では、下記のとおり「日本語教室」を開催しています。

日本語を学びたい外国出身の方、また日本語を教えていただける講師の方(外国語が出来る必要はありません)を募集しています。

国際交流をしながら、楽しく日本語の勉強をしてみませんか。

- 日時/毎週木曜日 午後7時30分~9時まで
- 場所/東御市中央公民館2階
- 会費/年間1,000円
- 受講開始/平成20年5月より
- 申込先/小林(夜間) ☎62-3743
- ☆なお、講師につきましては、月に1~2回程度ご都合のつく方も歓迎します。

## 平成20年度ガーデニング講座

- 期間/5月8日~12月11日までの12回
- 講習時間/午前10時~午後3時まで
- 内容/各種の寄植え、竹細工、藁細工、苔玉、ミニ門松作り、剪定、病虫害予防、ミズコケベア、小布施町オープンガーデン見学会等(詳しくは問い合わせください。)
- 会場/上田市常磐城1-3-20 上田市高等職業訓練校 ☎22-2666
- 定員/15人(先着順)
- 受講料/30,000円(見学会費用、材料費込み)

## 山火事予防について

野山にも春の息吹が感じられるころとなり、山火事の発生しやすい季節となりました。

山火事の原因となる、たき火の不始末やたばこの投げ捨ては絶対に止めましょう。

国有林を管理しています東信森林管理署では、5月31日までを山火事予防重点期間として予防運動を実施いたします。

古くから地元の皆様のご協力により大切にされてきた、国有林の資源を守り育てるために、山火事予防に一層のご協力をお願い申し上げます。

- 問い合わせ先/  
東信森林管理署 業務第一課管理係 ☎0267-82-2036  
東部森林事務所 ☎0268-62-0372

## お忘れなく 労働保険の年度更新 一般拠出金の申告・納付 申告・納付は5月20日までに

- 問い合わせ先/上田労働基準監督署  
上田市天神2-4-70 ☎22-0338

春うらら  
開始5分  
夢の中。

だから  
**スーパー家庭教師におまかせ!**

立川志の輔

**新学年  
募集**

長野県家庭教師協会は、目的やレベルに応じて効率的な指導を行います。

- ▶小学生には お子様の個性を見極め、学ぶことの楽しさと計画学習を身につけます。
- ▶中学生には 定期テスト対策はもちろん、苦手教科の強化で、受験必勝作戦を展開。
- ▶高校生には 大学入試の多様化に応じ、入試方法・受験科目に合わせた徹底指導を行います。
- ▶どなたにも 英検・TOEIC対策、各種資格の取得など、スキルアップをサポート。

お問い合わせは 二重丸で **0120-00-1111**

このフリーコールは緊急時の事務時間のみですが、長年電話からつながりませんので右記までご連絡ください

**無料教育相談実施中**

**5つの安心**

上田事務局 上田市中央1-6 小林ビル2F  
0268(24)1515(代)

長野・須坂・中野・屋代・小諸・佐久  
松本・塩尻・岡谷・諏訪・伊那・飯田

長野県家庭教師協会

スーパー家庭教師

検索

(広告欄)

# 手話奉仕員養成講座 受講生募集

東御市では、昨年に引き続きこの6月から日常生活程度の手話を学ぶ講座を開講します。

今回は平成20年度に入門課程、平成21年度に基礎課程と2年間の講座になります。平成20年度については次のとおり開講します。多くの皆さんの受講をお待ちしています。

- 日 程 平成20年6月4日(水)～平成21年1月28日(水)  
毎週水曜日午後7時～8時30分
- 受講回数 32回(入門課程)
- 受講料 4,000円(20年度分、テキスト代含む)
- 会場 東御市総合福祉センター
- 対象 原則、東御市にお住まいか、通勤・通学されている方で2年間講座に参加できる方
- 募集人員 20名
- 募集期間 4月16日(水)～5月12日(月)まで

●申し込み・問い合わせ先 東御市福祉課福祉援護係 ☎64-8888 FAX64-8880

## 小学生～高校生のための 夏休み海外派遣参加者募集

文部科学省所管の財団法人・国際青少年研修協会では、10事業の参加者を募集しています。体験を通して、お互いの理解や交流を深め、国際性を養うことを目的に実施します。おひとりでご参加になる方が8割以上、はじめて海外へ行かれる方が6割以上のご参加ですので、事前研修会では仲間作りから丁寧に指導いたしますので、安心してご参加いただけます。

- 内容/ホームステイ・ボランティア・文化交流・学校体験・英語研修・地域見学・野外活動など
- 派遣先/米国・英国・豪州・カナダ・シンガポール・サイパン・カンボジア・フィジー
- 日程/7月25日(金)～8月17日(日) 8～19日間  
\*事業により異なる
- 対象/小3～高3の方まで
- 参加費/17.5～49.8万円(共通経費は別途)
- 締切/6月6日(金)および20日(金)  
\*事業により異なる
- 問い合わせ・資料請求先/  
〒160-0004 東京都新宿区四谷2-11 大村ビル3階  
☎03(3359)8421 FAX03(3354)2207  
E-mail info@kskk.or.jp URL http://www.kskk.or.jp

## 2009年1月 上場会社の株券が電子化されます

- 株券電子化により、上場会社の株券は無効となり、株主の権利は証券会社などの金融機関の口座で電子的に管理されます。
- お手元の株券が本人名義になっていない場合は、電子化により株主としての権利を失うおそれがありますので、株券電子化の実施前までに名義書換が必要です。
- 電子化に関するお問い合わせは下記まで  
日本証券業協会 証券決済制度改革推進センター  
☎03-3667-4500(平日9:00～17:00)

## 2008年度森林の管理人育成講座のご案内

上田市を中心に活動しています「NPO法人フォレスト工房もくり」では、年間22回(初回4/26(土)開催)にわたり、「森林(もり)の管理人育成講座」を開催しています。この講座は、林業の現場で実際に用いられている造林から伐出に至る基本的な技術と知識、木材の流通や活用方法、森林内で楽しく活動するための各種ノウハウを参加者にお伝えする内容となっています。18歳以上の健康な方ならどなたでも参加OKです。指導にあたるのは、実際に第一線で働いている林業従事者を中心に、森林インストラクター、ネイチャゲーム指導員、樹木医などの資格を持つ当団体のスタッフですが、講座のテーマによっては外部から専門家を招聘しておこないます。

- 参加費/1回につき3,800円(学生2,500円、もくりくらぶ会員は3,420円)
- 全日程一括申込みの場合/75,000円(学生50,000円、もくりくらぶ会員は65,000円)ただし、伐木造材業務に係る特別教育(第2・3・4回)及び刈払機取扱作業員に対する安全衛生教育(第7回)については、別途教科書代として2,500円(伐木造材)及び2,300円(刈払機)が必要です。
- お問い合わせ、お申し込み/  
NPO法人フォレスト工房もくり  
〒386-2203 上田市真田町傍陽9022-2  
☎61-5488 FAX61-5489  
E-mail mokuri@e-mail.ne.jp  
URL http://mokuri.cool.ne.jp/

## 家づくり相談会

- 市内の建築士が家づくりの諸問題に対応します。
- 日時/4月22日(火) 午後1時30分～3時30分
  - 場所/東御市田中 田中コミュニティセンター
  - 問い合わせ先/アーキネットトーム事務局 ☎62-3255

東御市民の6.6人(件)に1人が加入しています!

# お預かりした掛金は 大切に使っています

### ① 共済金を 真っ先に

何よりも共済金。お支払いを最優先にしています。

### ② コストは 抑えて

経費を必要最小限にするため、低コストの運営に徹しています。

### ③ 剰余金は 割り戻し

剰余金は期戻金としてご加入者へ公平にお戻ししています。

昨年度もムダなく健全に!

平成18年度も、掛金の8割強が共済金と期戻金に当てられました。

右図: 県民共済グループの収支状況  
(平成18年度、すべての共済事業の合計)  
※(異常な除算等・事業費など)

掛金還元率…80.97%  
この部分がご加入者へ還元されます



**長野県民共済**

元受団体/厚生労働省認可 全国生活協同組合連合会 <http://www.kyosai-cc.or.jp/>

[上田] ☎0268-24-3985(代)

〒386-1104 上田市福田下田9-33 FAX 0268-24-3902

取扱団体/長野県認可 **長野県民共済生活協同組合**

口座振替取扱金融機関 **八十二銀行 ゆうちょ銀行**

※掛金の口座振替については上の金融機関からいずれか一方をご指定ください。  
※ゆうちょ銀行の窓口ではお申し込みいただけません。【振替ワイドのバーコード】

ホームページでもご案内しています。資料請求もどうぞ。 <http://www.nagano-kyosai.or.jp/>

携帯はこちらへ <http://kyo-sai.jp/>

〈広告欄〉



## のびのびっこひろば (5月)

時間はいずれも午前10時からです。

### 田中のびのびっこひろば

5月7日(水) 図書館出前講座 中央公民館3F講堂  
5月19日(月) 作って遊ぼう 中央公民館3F講堂

### 滋野のびのびっこひろば

5月20日(火) 消防署見学 すくすくひろば集合  
5月29日(木) 園開放(保育園に行こう) 各保育園集合

### 祢津のびのびっこひろば

5月8日(木) すくすく体操 すくすくひろば  
5月29日(木) 芝生公園に行こう 現地集合

### 和のびのびっこひろば

5月7日(水) 消防署見学・茶話会 すくすくひろば集合  
5月22日(木) 芝生公園で遊ぼう 現地集合

## 東部子育て支援センター

### “あくあくひろば”からのお知らせ

☎64-3128

時間の記載のない行事は午前10時30分～11時30分です。

- 5月8日(木)・すくすくたいそう
- 5月9日(金)・親子リズム・わらべうた
- 5月13日(火)・育児座談会
- 5月14日(水)・絵本の読み聞かせ
- 5月15日(木)・おもちゃドクター
- 5月16日(金)・子育て勉強会(10:15～)
- 5月21日(水)・リズムあそび
- 5月22日(木)・滋野ぼけっとひろば(滋野児童館)
- 5月23日(金)・祢津ぼけっとひろば(祢津児童館)
- 5月27日(火)・和ぼけっとひろば  
(和コミュニティーセンター)
- 5月28日(水)・田中ぼけっとひろば  
(田中コミュニティーセンター)
- 5月29日(木)・ママさん★ホットタイム
- 5月30日(金)・描こう!作ろう!

## 北御牧子育て支援センター

### “みまき未来館”からのお知らせ

☎67-3676

時間の記載のない行事は午前10時～11時30分です。

- 5月7日(水)・ふれあい広場
- 5月14日(水)・わんぱくピクス
- 5月20日(火)・0歳児のママ広場(かばくん)
- 5月21日(水)・わんぱく広場(かばくん)
- 5月22日(木)・かみかみお誕生教室(9:15～)  
(平成19年4・5月生対象・申込締切5/12)
- 5月28日(水)・おはなし広場  
(10:45～ BOOK童夢みまき)
- 5月29日(木)・おもちゃドクター(9:30～)

## 5月の園開放のお知らせ

海野保育園 ☎62-2800

5月13日(火) 午後2時30分

\*園の手作りおやつを食べよう

5月31日(土) 9時30分～11時

\*親子リズムにどうぞ

(場所は園にお問い合わせください)

くるみ幼稚園 ☎62-0164

5月の園開放はありません。

## 5月29日(木) 園開放のお知らせ

田中保育園 ☎62-1602

9:30～11:00

\*なかよし運動会へおいでよ。

\*かけっこや玉入れをしようよ。

(運動のできる服装で来てね。)

滋野保育園 ☎63-6468

9:30～11:00

\*紙芝居や絵本を見たり戸外で遊びましょう。

祢津保育園 ☎63-6816

9:30～11:00

\*好きな遊びを楽しみましょう。

\*庭で砂遊びをしましょう。

和保育園 ☎63-6529

9:30～11:00

\*元気に戸外で遊びましょう。

東保育園 ☎62-3291

9:30～11:00

\*戸外遊びをしましょう。

西部保育園 ☎63-6469

9:00～11:00

\*ミニ運動会をしましょう。

(かけっこや玉入れをして遊びましょう)

中央保育園 ☎67-2093

9:30～11:00

\*好きな遊びを楽しみましょう。

御牧原保育園 ☎67-2066

9:30～11:00

\*一緒に遊びましょう。





# 図書館だより 新着本案内



## ▶ 一般書

- 京都歴史散歩 成美堂・編
- 裁判員法廷 芦辺拓・著
- 日月めぐる 諸田玲子・著
- ジバク 山田宗樹・著
- 山彦はやて 米村圭吾・著
- ももこの21世紀日誌 さくらももこ・著
- パートルビーと仲間たち エンリーケ・ピラ=マタス・著
- こどもとあそぼ！首都圏 JTBパブリッシング・発
- 結び方のきほんおさらい帖 木暮幹雄・監
- 家庭でできる法事法要 橋爪大三郎・監
- 図解アトピー食と薬でスキンケア 田中貴子・著
- ありがとう障害犬タロー 小森泰治・文
- ターシャとコーギ ターシャ・テューダー・著
- シグナル 関口尚・著
- レベル7 新装版 宮部みゆき・著

## ▶ 児童書

- 日本の祭り事典 芳賀日出男・作
- プルーと満月のむこう たからしげる・作
- あなたがとってもかわいい みやにし たつや・絵
- とってもいいひ ケビン・ヘンクス・絵
- なわとびしましよ 長谷川義史・絵
- ひきだしの魔神 河原潤子・作
- クウと河童大王 木暮正夫・作
- クモのキャンデー たかはしまどか・作
- 六つの魔法のおはなし イングリット・ユーベ・作
- ゾウのソフィ ダニエラ・デ・ルカ・絵
- せいちゃん 松成真理子・絵
- ここにいきるみんなのもの ダニエル・ハワース・絵
- ゆうかんなねずみくん ミシュル・カートリッジ・絵
- さるじぞう いもとようこ・絵
- げんまんげんまん いしいつとむ・絵

●問い合わせ先 東御市立図書館 ☎64-5886

## とうみチャンネル 4月17日～5月4日までの番組案内

「とうみチャンネル」は、北御牧地区のとうみケーブルテレビ加入者と東部地区の上田ケーブルビジョン加入者（デジタル契約）の皆さんがご覧になれます。

4月17日	(木)	平成20年度 和小学校 入学式
18日	(金)	Weekly！ウィークリーとうみ ～東御市内の話題～
19日	(土)	平成20年度 北御牧小学校 入学式
20日	(日)	平成19年度 田中小学校 卒業式（再）
21日	(月)	平成19年度 滋野小学校 卒業式（再）
22日	(火)	平成19年度 和小学校 卒業式（再）
23日	(水)	平成19年度 祢津小学校 卒業式（再）
24日	(木)	平成19年度 北御牧小学校 卒業式（再）
25日	(金)	Weekly！ウィークリーとうみ ～東御市内の話題～

26日	(土)	平成19年度 東御市味のセミナー「食育講演会」 あなたも120歳まで生きられる「食育」 講師：鈴木章生先生
27日	(日)	くるみ幼稚園発表会「春のくるみ会」 (3月9日東御市文化会館)
28日	(月)	瞳輝いて保育の翼 ～4月生れのお誕生会～
29日	(火)	祝！卒園 ～中央保育園卒園式～
30日	(水)	祝！卒園 ～御牧原保育園卒園式～
5月1日	(木)	平成19年度 東御市青少年育成市民大会（再） ～実践発表・式典～
2日	(金)	Weekly！ウィークリーとうみ ～東御市内の話題～
3日	(土)	月刊とうみチャンネル4月号～前編～
4日	(日)	月刊とうみチャンネル4月号～後編～ ＜健康管理番組＞信州健康レポート

21:45～ 一週間まるごと「とうみチャンネル」を放送します。（金曜日を除く）

18:00～19:00まで「サイエンスチャンネル」を放送します。（金曜日を除く）

	番組	<毎週金曜日放送>Weekly！ウィークリーとうみ
本放送	19:30	7:00
再放送	(当日) 23:00 (翌日) 7:00 10:00 13:00 16:00	10:00 13:00 16:00 20:00 23:00

●問い合わせ先 企画課 ケーブルテレビ係 ☎67-2981

最新の番組表は東御市ホームページでもご確認いただけます。

※番組の内容は場合により変更になる事があります。あらかじめご了承ください。

# 地域包括支援センターの 看護師臨時職員を募集

介護予防事業に携わっていただく方を募集します

- 募集人員 若干名
- 勤務内容 高齢者を対象とした各種教室、訪問等
- 勤務時間 8時30分～17時30分
- 休日 土曜日、日曜日、祝日
- 資格 看護師の免許がある方
- 募集期間 4月16日(水)～5月7日(水)
- 応募先 福祉課高齢者係(総合福祉センター内)
- 応募書類 非常勤職員等登録申請書、履歴書及び看護師免許証の写し  
(登録申請書及び履歴書の用紙は、福祉課高齢者係に直接ご請求いただくか、市ホームページからダウンロードしてご使用ください。)
- 選考 5月中旬に面接・簡単なテストを行い、採用を決定します。
- 勤務開始日 平成20年6月1日から(予定)
- その他 賃金等の諸条件については、高齢者係へお問い合わせください。

●問い合わせ先 総合福祉センター内 福祉課 高齢者係 ☎64-8888

## ホームタンクからの灯油の漏えい事故にご注意を

陽気も暖くなり、暖房器具の収納を考えるこの時期にもう一度ホームタンク等の確認をしましょう。ホームタンク等の灯油が河川等に流入すると、水道水源や魚類・農作物等に被害を与え生活環境にも悪影響を及ぼす恐れがあります。ホームタンクで灯油を貯蔵している家庭では次のことに十分注意し、漏えい事故を防ぎましょう。

### 日ごろの点検

- ホームタンクが固定されているか、傾いていないか。
- バルブ、配管に亀裂や腐食がないか。
- 防油堤内に水やごみなどが溜まっていないか。
- タンクの残量を定期的に確認する。

### 小分けをするときの注意

- 灯油をポリタンクへ小分けしている時は、絶対にその場を離れない。
- 小分け後は、バルブ、コックなどは完全に閉める。

### 漏えいに気づいたら

万が一、灯油を側溝や河川及び田畑に流出させてしまった時は、被害を最小限にするため速やかな対応が求められます。直ちに消防署、市役所へ連絡してください。

### ●漏えい連絡先

上田地域広域連合 東御消防署 ☎62-0119  
市民課 生活環境係 ☎64-5896  
農政課 農政係 ☎64-5894

- ★灯油を漏らすと、火災などの危険を伴うばかりでなく、補償問題にもつながり費用もかかることもあります。また近所に迷惑をかけるとともに農作物にも被害をあたえることにもなります。十分気をつけましょう。
- ★ホームタンクから灯油を小分け中に、その場を離れてしまっても容器からあふれ出ないように、自動的に給油を停止させる装置(過充填防止装置)が下記の取扱店(スタンド等)で販売されています(取り引きのある業者さんと相談してください)。

取 扱 店	電 話
(株)オーツカ	62-1606
(株)塩沢産業 燃料部	64-5055
(株)はやし商会	62-2467
JA信州うへだ燃料センター	62-1302
上燃配送センター	42-7464
(株)サイサン	62-0425
(株)高木屋	62-0337
(有)内山石油	62-0238
イースタン石油	62-0402
武重商会配送センター	22-1062

### 「ガソリンスタンドにおけるガソリンの詰め替えについて」

消防法の規定により、ガソリンを灯油用ポリタンクやペットボトルに入れて運搬することは禁止されています。ガソリンの運搬には、ガソリン専用の金属携行缶を使用してください。

なお不明な点がありましたら、東御消防署(危険物係)電話62-0119番にお問い合わせください。



## 上田地域就職面接会の開催

- 日 時 4月28日(月) 午後1時～4時
- 場 所 上田東急イン  
(上田市天神4-24-1 ☎24-1401)
- 実施内容 上田地域企業約70社の情報・資料提供。人事担当者による会社概要と質疑応答
- 対象者 平成21年3月に大学・短大・専修・高等学校等を卒業予定者等
- 主 催 ハローワーク上田  
上田職業安定協会

- 問い合わせ先  
ハローワーク上田 ☎23-8609  
商工観光課 商工労政係  
☎62-1111 (内線1351)

## 甲種防火管理者資格取得講習会

- 日 時 5月14日(水)・15日(木)  
午前9時～午後4時30分
- 場 所 上田市民会館 2階大会議室
- 対 象 防火管理業務を行うことのできる  
管理的な立場にある方
- 定 員 110名
- 受講料 会 員 3,500円  
非会員 5,000円  
※会員とは、上小防火管理者協議  
会に加入している企業の方
- 申込み 4月22日 午前9時から受付開始

- 問い合わせ先 東御消防署 予防係  
☎62-0119

## 5月1日から戸籍、住民票等の請求時に 本人確認(身分証明書の提示)が必要になります

### ○戸籍、住民票等の請求時に窓口で本人確認が必要になります。

5月1日から戸籍法、住民基本台帳法が一部改正になり、請求時に窓口に来た方の本人確認が必要になります。自分の戸籍や住民票等を請求するときも、本人確認が必要ですのでご注意ください。

\*本人確認できない場合は、交付請求をお断りすることがありますので、ご来庁の際には下記の「本人確認書類」を必ずご持参ください。

### 本人確認書類 (期限の切れていないもの)

1. 運転免許証、パスポート、外国人登録証明書、住民基本台帳カード(顔写真付き)等の国・地方公共団体発行の顔写真付きの証明書。
2. 1がない場合には、健康保険証、介護保険証、年金手帳、住民基本台帳カード(顔写真なし)等の書類が2種類以上必要になります。

### ○頼まれて窓口に来た方は本人確認書類と委任状をご持参ください。

頼まれて代理で請求する場合は、頼んだ人の委任状が必要です。委任状がないと交付請求をお断りすることがあります。

個人情報保護や不正取得防止のための法改正ですので、皆様のご協力をお願いいたします。  
自動交付機の利用については今までどおりです。

## ●4月1日から住民基本台帳カードを無料で作成しています

(無料の期間は平成23年3月31日までです)

住民基本台帳カードとは、高度なセキュリティーを備えたICチップ内蔵のカードで、電子申請を行う際に使用することができます。また写真付Bタイプは、住所・生年月日・性別も入りますので、公的な身分証明書として使え、5月から始まる戸籍・住民票の申請時の本人確認書類としても使えます。

今までは、交付の際手数料として500円をいただいていたのですが、交付を促進するため、期間限定ではありますが、交付手数料を無料とさせていただきます。

※すでにお作りになった皆様には返金等はできません。

- 問い合わせ先 市民課 市民係 ☎62-1111 (1211) 支所市民係 ☎67-3311

市からのお知らせ

(こちからは主に市役所からのお知らせ記事が掲載してあります。)

## 緑のまつり

■開催日 4月26日(土) 午前9時～午後4時

■場所 道の駅 雷電くるみの里

●緑化苗木の無償頒布会

(緑の募金として、苗木1本当り10円以上の寄附をお願いします。)

	頒布苗木	引換券配布	無償頒布開始
午前の部	プルーン、アンズ、ザクロ 各100本	午前9時30分～	午前10時～
午後の部	竜峡小梅、姫リンゴ、オヒョウ桃 各100本	午後1時～	午後1時30分～



※苗木は、お一人1本とさせていただきます。また樹種が変わる場合もありますのでご了承ください。

●シイタケほだ木コマ打ち体験コーナー

★500円であなたもシイタケを栽培してみませんか！(先着順で、お一人様2本50名まで)

●緑の相談コーナー

★緑化木の育て方などの疑問にお答えします。お立寄りください。

●問い合わせ先 農政課 耕地林務係 ☎64-5894

## 【納税日のお知らせ】〈保存版〉

◆平成20年度、市の税金等を納めていただく期日はつぎのとおりです。

納期限及び 口座振替日	税 目					
	固定資産税 都市計画税	市県民税	国民健康 保険税	軽自動車税	介護保険料	後期高齢者 医療保険料
6月2日	1期			全期		
6月30日		1期	1期			
7月31日	2期		2期		1期	1期
9月1日		2期	3期		2期	2期
9月30日	3期		4期		3期	3期
10月31日		3期	5期		4期	4期
12月1日	4期		6期		5期	5期
12月25日		4期	7期		6期	6期
2月2日			8期		7期	7期
3月2日			9期		8期	8期
3月31日			10期		9期	9期

### 納付場所

- \* 東御市役所
- \* 八十二銀行
- \* 三井住友銀行
- \* 長野県信用組合
- \* 長野銀行
- \* 信州うへだ農業協同組合
- \* 佐久浅間農業協同組合
- \* 上田信用金庫
- \* ゆうちょ銀行
- \* 長野県労働金庫

☆納税は、便利で安心な口座振替をご利用ください。

☆口座振替をご利用の皆さんは、口座振替日前に残高の確認をお願いします。

☆納税通知書および領収書は、大切に保存しましょう。(最低7年間)

■問い合わせ先 税務課 収税管理係 ☎62-1111 内線1181

■市営住宅使用料、オフトーク通信受信料、とうみケーブルテレビ加入・利用料、上下水道料金(佐久水道区域外)は毎月25日が口座振替日です。

■上下水道料金(佐久水道区域内)は毎月10日が口座振替日です。

※上記口座振替日が休日の場合は翌日に順延されます。