

- 都市計画マスタープラン決定・・・2～3
- 長寿医療（後期高齢者医療）加入者の
保険料額が決定しました・・・4～5
- 地域で育てようおらほの子ども・・・6～7



いっしょに わらぞうりづくり

北御牧地区の保育園児は20年以上前から夏の間、地区内老人会の皆さんが丹精込めて作ってくださったわらぞうりを園舎内で履いています。このわらぞうりを現在も作り続けているのは、竹内多聞さん（布下）と渡辺多一さん（羽毛山）〔右下写真〕。

6月12日にはお二人を中央保育園に招き、いっしょにつくりました。



快適で住みよいまちづくりを

東御市都市計画マスタープラン決定

市の都市計画の基本となる「都市計画マスタープラン」を決定しましたので、今月から2回に分けて、マスタープランの内容をご紹介します。今回は主にマスタープランの中の「全体構想」についてお伝えします。

都市計画マスタープランとは

まちづくりは、その成熟までに長い時間が必要です。そのため、計画的な取り組みが重要となります。都市計画マスタープランは長期的展望に立つておおむね20年先の東御

市の将来像を描き、その実現を目指した取り組みの方策を示したもので、まちづくりの思いをまとめ、形にしたまちの将来イメージです。

都市計画マスタープランの内容

都市計画マスタープランは、「まちづくりの現状と課題」、「全体構想」、「地域別構想」、「実現化の方策」で構成されています。「まちづくりの現状と課題」では市の現状や課題を整理し、まちづくりの主要課題を示しています。「全体構想」は、広い視点からみた市全体のまちづくりの目標や将来像を設定し、それを実現するための整備方針を示しています。「地域別構想」は、身近な視点からみた地域ごとのまちづくりの目標や整備方針等を示しています。なお、地域別構想の地域区分は大きな地域のコミュニティ単位として6地域に区分することとし、田中地域、滋野地域、祢津地域、和地域、北御牧地域、北部山林地域とします。「実現化の方策」は、都市計画マスタープランを実現する上での基本的な取り組みの方策を示しています。

都市計画マスタープラン（全体構想）

【都市計画マスタープランのまちづくりの目標】

将来都市像

人・自然・暮らしをつなぐ元気創造都市 とうみ 東御

将来都市像実現のためのまちづくりの目標

- ① 豊かな自然に恵まれ居住環境の整った住みよいまちづくり
- ② 人々が活発に活動・交流し、活力を生み出すまちづくり
- ③ 快適で安心していつまでも暮らし続けたいと思えるまちづくり
- ④ 市民と行政が協働してつくるまちづくり

都市計画区域の拡大

将来の都市構造

都市拠点の配置

軸の配置

交通網の骨格

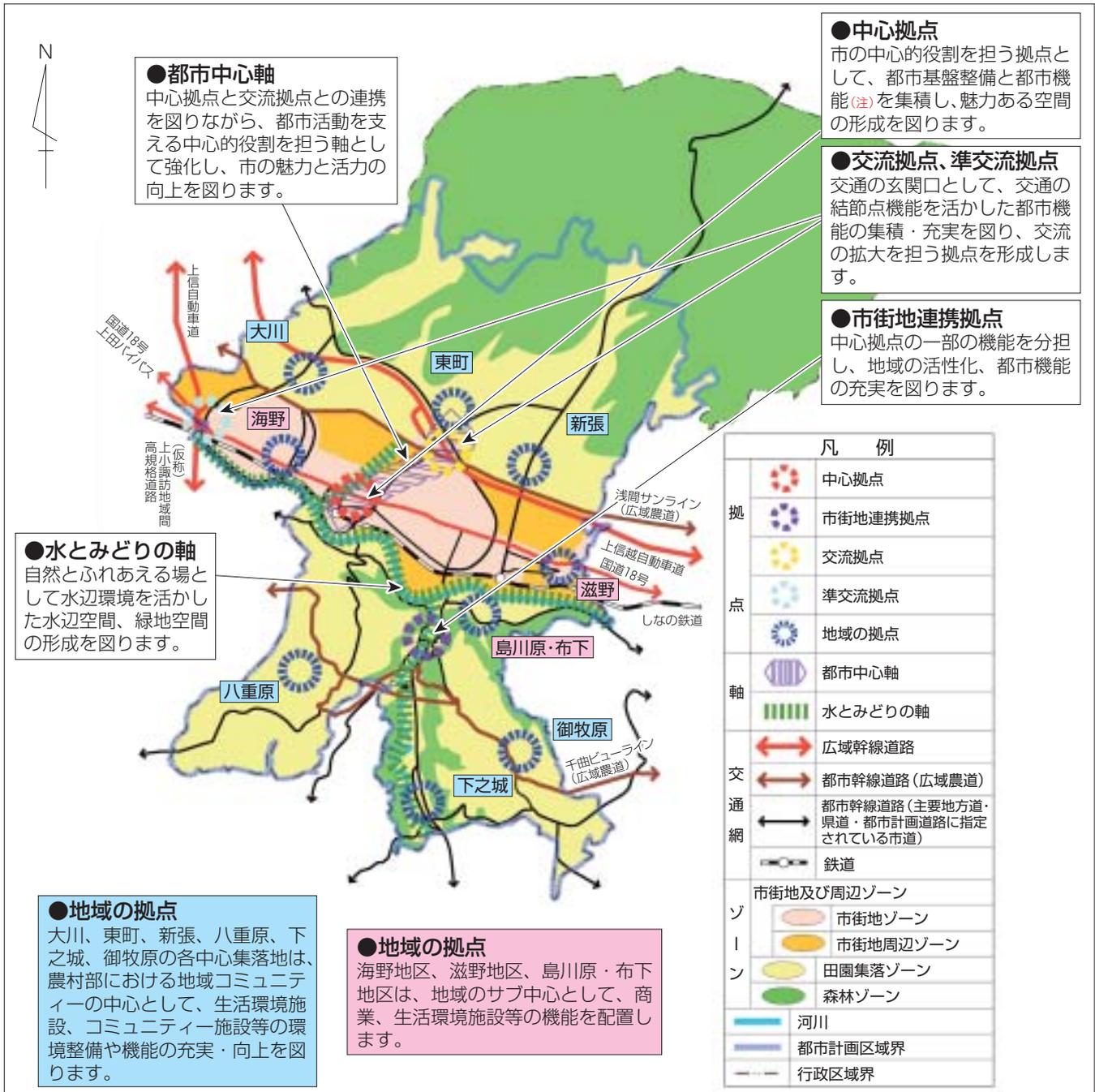
ゾーンの配置

●都市計画区域拡大の方針

平成16年4月に小県郡東部町と北佐久郡北御牧村の2町村が合併して東御市となり、長期的視点に立った市政運営の基本指針である第1次東御市総合計画が策定されました。

北御牧地域は現在の都市計画区域である東部地域と地形的に連続していること、地域間での人口の流入・流出（人の移動）が多いこと、通勤・商圈が同じであることなどから、一つのまとまりを持った地域という状況が認められます。このことから、一体の都市として総合計画に基づき、計画的なまちづくりを行い、良好な都市環境の形成を図るため、北御牧地域を「東御都市計画区域」とし区域を拡大します。

●都市構造図



(注) 都市機能とは道路、市役所、集会所など日常生活に必要な施設などのことを言います。

次回は、地域別構想についてご紹介します。

都市計画マスタープランの全文は、市のホームページ又は市役所建設課でご覧いただけます。

●問い合わせ先 建設課都市計画係 ☎64-5882

長寿医療(後期高齢者医療)加入者の 保険料額決定通知をお送りします

老人医療費を中心に国民全体の医療費が増え続けている中、将来にわたり安心して医療を受けられるようにする長寿医療(後期高齢者医療)制度が今年度から始まりました。この制度では、原則対象となる方(被保険者)全員に保険料を納めていただくこととなります。(一部の方については保険料が軽減されます。1年間に納めていただく保険料は、「被保険者均等割額」と前年の総所得金額等に応じて負担いただく「所得割額」の合計額(下記参照)となります。確定申告等により、皆さんの平成19年収入が確定したことにより、この収入等を基に計算した保険料の決定通知書(納入通知書)を、7月中旬に長寿医療(後期高齢者医療)の加入者の皆様にお送りします。(年度中途の加入者は後日になる場合があります。)

なお、4月及び6月に年金からの天引きにより保険料を納めていただいた方には4月に仮の徴収額を通知していますが、この7月中旬にお送りする通知が本決定した保険料額になりますのでご注意ください。

1. 保険料額の計算方法

※詳しくは市報とうみ平成20年1月号をご覧ください。

$$\begin{array}{l} \text{被保険者均等割額} \quad \text{所得割額} \quad \text{後期高齢者医療保険料} \\ 35,787\text{円} \quad + \quad (19\text{年中の総所得金額等} - 33\text{万円}) \times 6.53\% \quad = \quad (1\text{人あたりの年額}) \\ \text{限度額50万円まで} \end{array}$$

2. 保険料の軽減

同一世帯の被保険者と世帯主の総所得金額等の合算額での判定により、所得の少ない世帯の被保険者については、「被保険者均等割」が7割・5割・又は2割軽減されます。また、社会保険等の被扶養者だった方についても、軽減の制度があります。

国では、保険料軽減策をさらに追加することを検討しています。

現在国では、所得の少ない方への配慮として、保険料軽減策の追加実施を検討しています。今回お送りする保険料決定通知には、この追加の保険料軽減策は反映されていませんが、今後、この軽減策の実施が決定された場合には、その対象となる方へ、保険料の変更(更正決定)通知を改めて、お送りすることとなりますので、ご注意ください。

<追加で検討されている保険料軽減策の概要>

- ①被保険者均等割の7割軽減世帯のうち、長寿医療制度被保険者全員が年金収入80万円以下の世帯については、被保険者均等割を8.5割軽減とする。
- ②所得割を負担している方のうち所得の少ない方(年金収入で210万円程度まで)については、所得割を50%程度軽減する。

新たな保険料軽減策については、長野県後期高齢者医療広域連合からも別途お知らせしていく予定です。

3. 保険料の納め方

保険料の納め方は、皆さんの受給されている年金の状況に応じて、次のいずれかの方法になります。

(1) 年金からの天引き（特別徴収）

次の全てに該当する方が対象となります。

- ア 東御市介護保険料が年金から天引きの方
- イ 後期高齢者医療保険料と介護保険料との合計額が天引きの対象となる年金（基礎年金等）の受給額の2分の1を超えない方

※後期高齢者医療制度に加入されたばかりの方などは、特別徴収の対象となる方であっても、すぐには特別徴収にならない場合があります。その場合は、納付書が届きます。また、口座の申し込みをした方は口座振替になります。

(2) 納付書による金融機関等での現金納付又は口座振替による納付（普通徴収）

上記（1）の特別徴収に該当しない方です。

4. どんな通知が届くの？

対象者	これからの徴収方法	通知の内容
4・6・8月の年金から保険料天引き（特別徴収）対象の方	年金天引き（特別徴収）	10・12・2月の年金から天引き（特別徴収）する保険料額について通知します。
	納付書か口座振替（普通徴収）	7月～3月までの間、納付書や口座振替（普通徴収）で納めていただく保険料額について通知します。
<ul style="list-style-type: none"> ● 4・6・8月の年金から保険料天引き（特別徴収）対象でない方 ● 平成20年3月31日に社会保険等の被保険者だった方 	年金天引き（特別徴収）	7月～9月までの間、納付書や口座振替（普通徴収）で納めていただく保険料額と10・12・2月の年金から天引き（特別徴収）する保険料額について通知します。
	納付書か口座振替（普通徴収）	7月～3月までの間、納付書や口座振替（普通徴収）で納めていただく保険料額について通知します。
平成20年3月31日に社会保険等の被扶養者だった方	年金天引き（特別徴収）	10・12・2月の年金から天引き（特別徴収）する保険料額について通知します。
	納付書か口座振替（普通徴収）	10月～3月までの間、納付書や口座振替（普通徴収）で納めていただく保険料額について通知します。

※今後の国の方針や保険料軽減策の方法等によっては、この表のとおり通知が出ない場合があります。

※5月1日以降に後期高齢者医療被保険者の資格を取得した場合は、8月以降に順次通知が届きますのでご注意ください。

5. 普通徴収の場合は、いつまでに納めるの？

第1期	7月31日(木)	第4期	10月31日(金)	第7期	2月2日(月)	第10期 (特別納期)	4月30日(木)
第2期	9月1日(月)	第5期	12月1日(月)	第8期	3月2日(月)		
第3期	9月30日(火)	第6期	12月25日(木)	第9期	3月31日(火)		

※特別徴収の場合には、年金の支払いごとに天引きをしますので、この納期ではありません。

※社会保険等の被扶養者だった方は、第4期から納めていただくようになります。

普通徴収の方であって、口座振替を希望される方へ

市内の指定金融機関窓口で口座振替依頼書があります。通帳・お届け印をお持ちいただき申し込んでください。手続きの間に合った納期分から、引き落としを開始します。

なお、口座振替の手続きは、市役所でも同様にできます。

●問い合わせ先 市民課国保年金係 ☎62-1111 (内線1231)

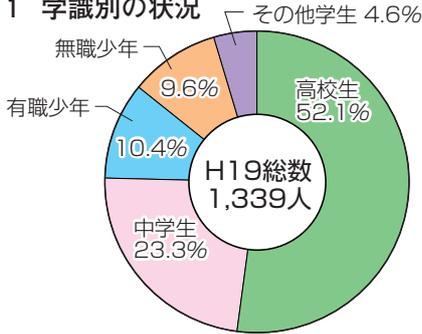
おらほの子ども

取り組む全国強調月間です～

今月は青少年の非行問題に取り組む全国強調月間です。地域の宝である青少年が、健やかに成長できる環境づくりを市民総ぐるみで推進しましょう。

県内の少年補導の概況

表1 学識別の状況



「平成19年中の少年補導の概況（出典：県青少年対策本部）」によると、長野県の刑法犯少年のうち学識別（表1）では、約半数を高校生が占め、罪種別（表2）では非行の入口と言われる万引きが一番多い状況です。

少年非行で検挙・補導された数は減少傾向にありますが、家庭関係や社会関係が非行の背景となっているため、家庭・社会が良好な環境となるように、保護者や地域の大人の不断の努力が必要です。（表3）

表2 罪種別の状況

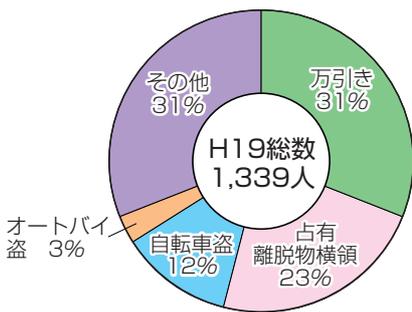
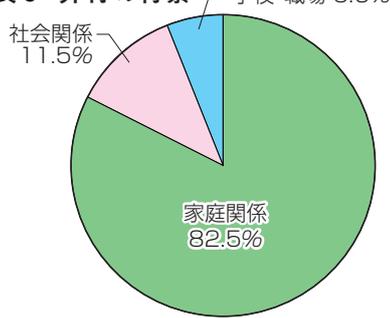


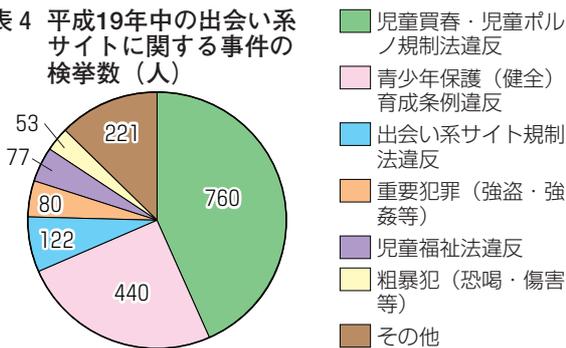
表3 非行の背景



子どもたちが健やかに育つ環境をつくることは大人の責務です。東御市内の有害図書等自動販売機は、条例施行後減少しましたが、県内にはまだまだ多く設置されています。こ

社会環境の実態

表4 平成19年中の出会い系サイトに関する事件の検挙数（人）



これらの商品は成人向けのものであり、誰でも購入できるため、青少年の利用が心配されます。（表5・6）

また、インターネットを介して、青少年が犯罪に巻き込まれる事件が多発しています。「平成19年中のいわゆる出会い系サイトに関する事件（出典：警察庁）」では、児童買春・児童ポルノ規制法違反や青少年保護（健全）育成条例違反など児童の福祉を害する事件で1753人が検挙されています。被害に遭わないように、安全なインターネットの利用の方法などについて啓発していくことが大切です。（表4）

表5 有害図書等自動販売機都道府県別台数（平成19年11月現在）

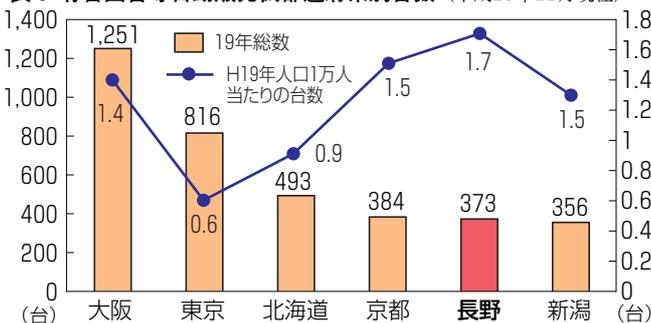
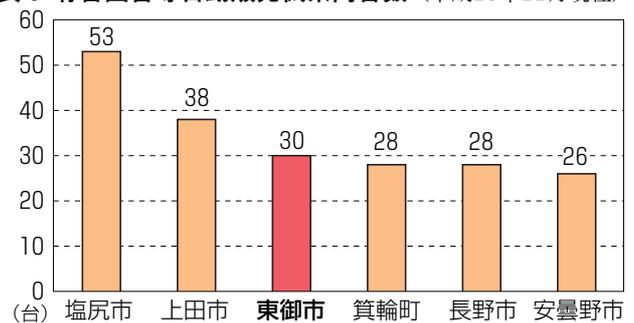


表6 有害図書等自動販売機県内台数（平成19年11月現在）



地域で育てよう

～7月は青少年の非行問題に

地域ぐるみでサポート！ 青少年の健全育成

青少年が安心して成長できるまちづくりを目指して、できることから、はじめましょう。市民一人ひとりの小さな取り組みが、大きな力になります。

見守り活動の推進

不審者による青少年への声かけが後を絶ちません。登下校時にひとりになってしまったり子どもたちが、安心して通学路を歩けるように、地域ぐるみの見守り活動を推進しましょう。ウォーキングや犬の散歩を登下校の時間に合わせたり、散歩の時に通学路を通っていたただけで、不審者発生の抑止につながります。また各学校では見守り隊員を募集しています。



家庭教育の充実

青少年の健全育成の基本は家庭です。温かな家庭づくり

を心がけましょう。

「家庭の日」

「青少年の日の推進」

毎月第3日曜日は、家庭の日です。7月1日は東御市の青少年の日です。家族が触れ合う時間をつくりましょう。

「メディアリテラシー」 教育の推進

携帯電話等のインターネットを介して、青少年が被害者、加害者になる事件が多発しています。携帯電話やパソコンの使い方について家庭で話し合い、フィルタリングソフトをつけるなど、家庭でのルールをつくりましょう。インターネットなどの情報を正しく判断する力を親も子も身につけましょう。



社会環境整備 活動の推進

青少年を取り巻く地域環境の整備は大人の責務です。強調月間中には、スーパー、コンビニ、量販店、酒店、書店等で、商品の販売方法、陳列方法を青少年に配慮していただいているかどうか、チェック活動を実施しています。また、青少年の健全育成に積極的に推進してくださる店舗には「東御市青少年健全育成協力店シール」を掲示していただいています。ご協力いただける店舗も募集しています。



青少年育成 市民会議

地域ぐるみで健全育成を推進するためには連携連絡が大切です。市内には育成会・区長会・PTA・学校等、育成に関わる41団体の連絡会議があります。

過日その総会が開催され、学校裏サイトや子どもネットワークの利用状況などについての講演があり、200名を越える方々が参加しました。

講師は、ねちずん村青少年メディア研究協会企画調査員 の加藤千枝さんで、家庭や学校の知らないところで、簡単に自分の個人情報やインターネットで公開してしまう子どもたちが事件に巻き込まれる危険性などについて、また、それを防ぐためには何が必要かなどをご講演いただきました。講演終了後のアンケートには、これからも継続してメディアについて学習したいという感想が多く寄せられました。



▲講演会の様子

※メディアリテラシー

情報を読み解き、活用する力

●問い合わせ先

生涯学習課青少年係
64-5885

「とうみレッツ号」と『プラス号』と『オラホ号』 増車でますます便利に

『プラス号』（普通車）
午前中に限り共通エリア、共通点付近を中心各エリアを補完する車両

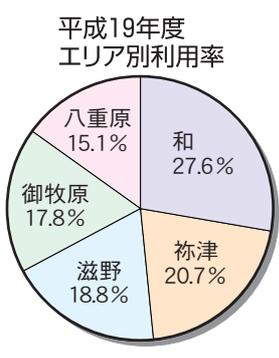


『オラホ号』（ワゴン車）
週2日（火曜日・金曜日）午前10時に田中駅から湯楽里館まで乗り継ぐ車両

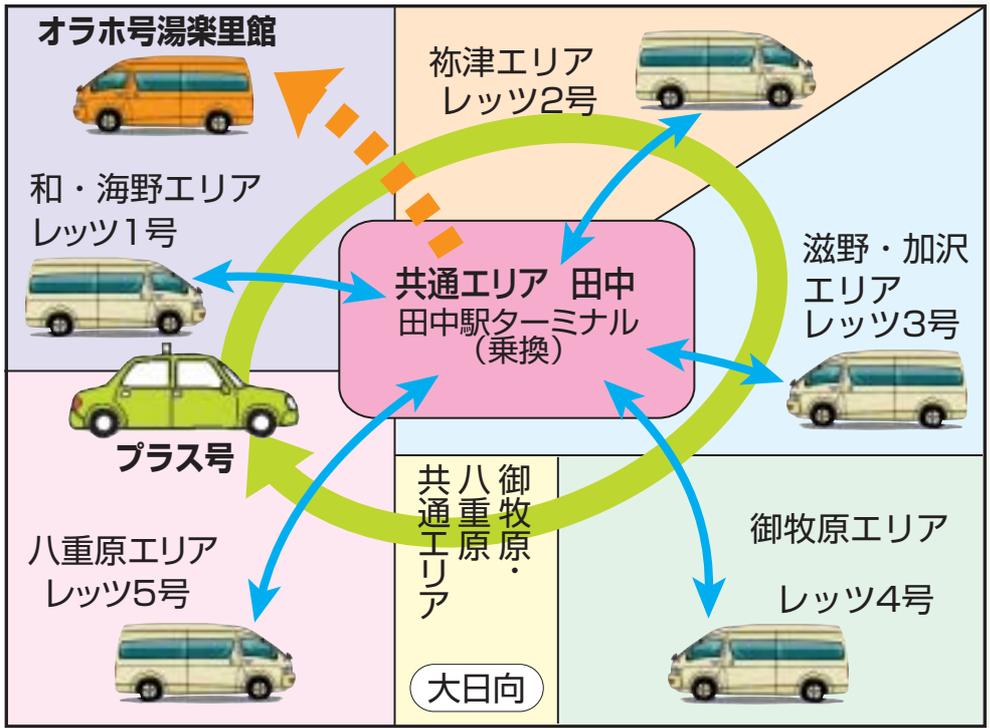


とうみレッツ号の利用者の増加、人気の高い湯楽里館利用者の利便性を高めるため、「東御市交通システム運行委員会」において増車を検討し、4月から年間を通じての運行をしております。この増車により、満車解消と時間内での安全運行ができるようになりました。皆様のますますのご利用をお待ちしております。

また、6月1日から後部座席の搭乗者にもシートベルト着用が義務付けられましたの



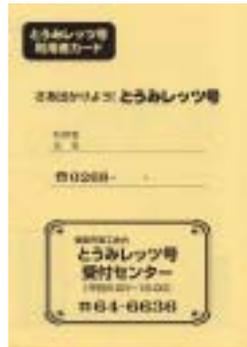
で、ご乗車の際は、必ずシートベルトの着用をお願いいたします。安全第一に努め、市民の皆様のご足としてスムーズな運行を心掛けてまいりますので、ご協力をお願いいたします。



**ご利用登録は
随時できます**

ご利用には事前登録（住所、氏名、電話番号）が必要です。

●申し込み・問い合わせは、
とうみレッツ号受付センター
（東御市商工会館内）
☎ 64-6636



**とうみレッツ号
利用者カードが
できました**

利用者カードには、待ち合い協力所マップ、基本時刻表が載っています。

なお、利用者カードはレッツ号車内、商工会、協力所にありますのでご利用ください。



災害に備えて... 千曲川洪水ハザードマップで わが家の安全対策を

千曲川が大雨によって増水し、は
ん濫した場合の予測に基づき作成し
ていた千曲川洪水ハザードマップ
(洪水避難地図) が完成し、千曲川
沿いの区の皆さんに配布をいたしま
した。このマップは、県が実施した
データ結果に基づき、千曲川流域に
おおむね100年に1回あると予想
される2日間で212mmの降雨を想
定した場合の浸水の範囲とその深さ、
避難所などを示し、皆さんの避難に
役立つように作成したものです。

マップの地図面には、はん濫した
場合の浸水範囲と浸水深を色別に5
段階で表示し、地区別避難所、広域
避難所、また、市内医療機関等の位
置や連絡先が一覧表示してあります。
また裏面には、土砂災害の知識や予
防策、日ごろの備え等、各項目につ
いての説明をしています。特に「わ
が家の防災メモ」は、日ごろから必
要事項を記入いただき、災害の際に
慌てないように利用していただけれ
ばと考えます。

この千曲川洪水ハザードマップの
配布に先立ち、該当区の区長など関
係者に説明をいたしました。避難



▲関係者への説明会

路等いくつかの提言をいただきまし
た。よりよいマップとするためにも
また、家庭でもこのマップをご覧い
ただき、災害の際に備えましょう。
なお、ビニールファイルに入れてマ
ップを配布しましたので、手の届き
やすい場所に保管してください。
※この千曲川洪水ハザードマップは、
千曲川に隣接する区内の皆さんに配
布をしています。

●問い合わせ先
建設課管理係 ☎64-15882

次の事項について、
再度確認をして
みましょう

(1) 車両などの 通行の確認

災害の際、住民は徒歩によ
り避難いたしますが、高齢者
や妊婦、傷病者等は車による
避難が想定されます。避難場
所と避難路、また、車両使用
の場合、避難路が車両通行可
能経路であるか確認をしま
しょう。

(2) 避難経路を 歩いてみよう

避難経路において、住民の
安全を脅かす地形であるか否
か、障害物の有無、浸水した
場合に予測される小河川のは
ん濫箇所など、避難経路を歩
いてみましょう。

(3) 日ごろからの予防策

水路のごみや道路にはみ出
した生垣や庭木などは手入れ
をいただき、道路や水路が十
分機能するような環境を保ち
ましょう。また、降雨による
土砂災害を未然に防止できる
ように、壊れた石垣やがけな
どは修理や補強をしましょう。

市議会第2回定例会 市長退職手当を支給しない 一部改正条例 可決

6月5日、平成20年市議会第2回定例会が開会しました。この定例会は花岡市長就任後初となる定例会で、平成20年度一般会計補正予算案、国民健康保険特別会計補正予算案のほか、花岡市長が選挙公約として掲げていた、現在の任期中の市長退職手当は支給しないこととする「東御市特別職の職員等の退職手当に関する条例の一部を改正する条例」案など計8議案を提案しました。



▲17日に行われた代表質問

17日、18日には各会派による代表質問が行われ、清和会、さわやかな風の会、新風会、公明党、日本共産党（質問順）の5会派の代表者が市長の施政方針を中心に質問をしました。また、一般質問は18日、19日に行われ、11名の議員が質問をしました。5日、20日及び25日の本会議で議案の採決が行われ、すべての議案が可決、承認され、25日に閉会しました。詳しくは、8月発行の市議会、たよりをご覧ください。

市長施政方針（抜粋）

4月13日に行われた市長選挙におきまして、市民の皆様をはじめ、多くの方々の力強いご支援を賜り市長の重責を担わせていただくことになりました。改めてその責任の重大さを痛感いたしますと共に、私に寄せられました期待に応えるべく全力で市政運営にあたる所存でございます。

今後の市政運営におきましては、常に生活者の目線に立ち、市民の皆様の幸せと市勢進展のため、力を尽くしてまいりますので、何とぞ温かいご理解をいただき、ご指導、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

私はこれからのまちづくり



は、これまで以上に市民が主役で行政がお手伝いする協働の仕組みによる市民力を生かしたまちづくりのプロセスにこそ、その真髓があるものと考えます。

そこで、小さくともきらりと光る東御市づくりに市民の力とアイデアを結集させ、子供や孫が住み続けたくなるようなまちづくり、世界に羽ばたく子供たちが誇れるようなまちづくりをしたいと考えております。

国の政治が立ち行かないばかりか不信任と閉そく感が極まりないこの時期、地方自治体を運営するには非常に困難を来しております。

しかし、こんな時だからこそ、自立したまちづくりと安定した財政基盤の構築を進め、市民の皆様と一体となつて、

「T」：互いに支えあうまち
「O」：お産ができるまち
「M」：魅力あふれるまち
「I」：移住者をいざなうまち

を目指して誠心誠意取り組んでまいります。

※施政方針の全文につきましては市のホームページ「市長室へようこそ」に掲載しています。

市選挙管理委員長に丸山孝さんを互選

先の市選挙管理委員会において選挙管理委員長に丸山孝さんが、同職務代理者に荻原寿人さんが選任されました。選挙管理委員の皆さんは次のとおりです。



選挙管理委員長
丸山 孝さん
(西海野)



同職務代理者
荻原 寿人さん
(曾根)



委員
小宮山勇夫さん
(本下之城)



委員
柳澤 陽子さん
(新張)

心の眼

(50)

人権同和教育指導員

志摩 浩一

人権感覚に思う



私は休日に母と連れ立って近くの温泉に行った。その帰り道「湯加減はちようどよかった」と私が言うと、母は「もつと熱い方がよかった」と言う。同じ温泉に入っても湯加減の感じ方には大分差があるものだ。この感覚の違いは対話から初めて理解できたことである。自分の思いを言葉にしてみる事の大切さを知らされた一時であった。

学校側は「冗談という感覚で、配慮が足りなかった」教育委員会は「若干配慮に欠けていた」というコメントを出した。「これも両者の感覚がおかしいよね」
 「最近「後期高齢者」という言葉を聞くが「高齢の方々がだつて最初から最後まで一生懸命生きているのに」「後期」という言葉はあまりにも人生の最期という感じでよくないな」こんな言葉が中学生部会で聞かれた。
 ちよつと心を傾けてみると私たちの日常生活の中にも「これはどうかかな」「ちよつとおかしいよな」「こんなことがあつてもいいのかな」と、思われる事がある。これが「人権感覚」ではなかるうか。感覚は人によってみんな違う、この人権感覚は常に鍛えていなければやがては衰えていくものかもしれない。何も気づかなかつたら、そして何も気づこうとしなかつたら時はた

育てよう 一人ひとりの人権意識

人権擁護委員による啓発活動

昭和23年に人権擁護委員制度が設けられ、翌年6月1日に人権擁護委員法が施行されたことにより、毎年6月1日を「人権擁護委員の日」と定めています。市内でも6月2日、田中駅前

で通勤通学者に啓発品の配布を行い、人権擁護についての街頭啓発活動が行われました。

人権擁護委員は、毎日の暮らしの中で起こる人権侵害（家庭内や近隣での困りごとなど）について無料で相談に応じています。相談会の開催日については毎月初めに発行する市報とうみお知らせ版をご覧ください。



▲田中駅前での啓発活動

だ流れていくだけだ。
 まずは身の回りにある出来事に心を傾け、そのことをできるだけ自分の側に引き寄せ「自分ならどう思うか」「自分ならどうするか」と考えてみたい。そして、その事を自分の身近にいる人と語り合つてみたい。そうすることで相手の立場で考えることができる。このようになちよつとした心づかいと実践こそが自分の人権感覚を高めていく一つの方法なのかもしれない。
 最近の私の生活の中から、相手の一言で学ばせてもらった「人権感覚」について考え

相手の立場に立って考えよう！

田中地区人権啓発学習会

6月9日から19日まで田中地区8会場の人権啓発学習会が開催され、合わせて163名が出席しました。

今回の学習会では、障がいをもつた高齢者とその家族が同和地区の青年との出会いをきっかけに、人を思いやる心や家族のぬくもりを取り戻していく「心の変化」を描いたビデオを鑑賞しました。

その後出席者による意見交換が行われ、「正しい理解がないと誤った判断をしてしまうのではないか」などビデオ

を見た感想や身近な出来事、普段感じていることなどの意見が出されていました。



▲県区での学習会

すくすく育つとうみっ子!!

誕生日おめでとう! (7月生まれ)



やまうら
山浦あずみちゃん(乙女平)
(1歳、H19. 7. 5生)
時々男の子に間違われるけど、元気いっぱい笑顔が、かあととうの宝物です。
1歳おめでとう!



わかばやし まい の
若林 舞乃ちゃん(本海野)
(1歳、H19. 7. 9生)
舞乃の誕生日。大切な記念日ができたよ。
1歳おめでとう!
丈夫で元気でいてくれればいいからね。



さとう なぎさ
佐藤 凧紗くん(新張)
(1歳、H19. 7. 9生)
凧紗、1歳のお誕生日おめでとう。
いつも元気いっぱい! 滑り台で遊べるようになりました。輝弥お兄ちゃんが大好き♥いつまでも兄弟仲良くな。これからも元気に伸び伸び大きくなあれ!



はなおか かずまさ
花岡 和将くん(金井)
(1歳、H19. 7. 9生)
扉と水とお散歩が大好きな和将くん。きみの笑顔は何よりの元気のもとです。
1歳の誕生日おめでとう。スクスク健康に大きくなってね♥



くろさわ はやて
黒澤 颯くん(常田)
(1歳、H19. 7. 11生)
はじめまして。ほく、はやてです。
すきなたべものはバナナ。ゆめは、おとうさんとおかあさんとしてんしゃにのることです。



くらしま しおん
倉島 志温くん(常田)
(1歳、H19. 7. 16生)
1歳のお誕生日おめでとう♥
志温が生まれてからの1年は、毎日が新たな発見と喜びの連続です。
これからも親子3人ともに成長していきましょうね♥



くぼ たりょうか
久保田玲叶ちゃん(城ノ前)
(1歳、H19. 7. 18生)
1歳のお誕生日おめでとう♥
りょうちゃんの笑顔にみんないやさされているよ。これからも元気で素直なかわい子に育ってね♥



たかはし きょういち
高橋 杏一くん(柵津南)
(1歳、H19. 7. 22生)
お誕生日おめでとう♥
毎日、お店の看板息子!?としてお仕事頑張ってま〜す♥



はせがわさら
長谷川紗来ちゃん(金井)
(1歳、H19. 7. 23生)
初めてのお誕生日おめでとう!
さらちゃんのその笑顔に皆がいやされます。ありがとう。これからも大好きなお姉ちゃんといっぱい遊んで、すてきな女の子になってネ♥♥



なかむら こうた
中村 康太くん(本海野)
(1歳、H19. 7. 30生)
いつも笑顔の“こうたくん”ラブリー♥な笑顔で、家族みんながいやされているよ。毎日お兄ちゃん、お姉ちゃんにもまれているけど、これからもたくましく育って行って下さいネ♥



わきなか るな
脇中 月渚ちゃん(栗林)
(2歳、H18. 7. 4生)
2歳のお誕生日おめでとう!
パパもママも夕渚お姉ちゃんも、甘えん坊の月渚ちゃんが大好きだよ♥
これからも元気な笑顔を見せてね。



おおく ぼあおと
大久保蒼人くん(東深井)
(2歳、H18. 7. 9生)
蒼人、2歳のお誕生日おめでとう♥
何にでも好奇心おう盛で、わんぱくな蒼人。パパもママも大変です(笑)。これからも元気に大きく育ってね!



こもり よしひと
小森 善仁くん(別府)
(2歳、H18. 7. 14生)
家族みんなをいやしてくれるよしくん。
よしくんが笑えばみんなも笑うね♥あ
りがとうね。



やまざき りょうた
山崎 亮汰くん(常田)
(3歳、H17. 7. 3生)
3歳のお誕生日おめでとう。
やんちゃで甘えん坊の亮汰。もうすぐ
お兄ちゃんになるね。これからの亮汰の
成長が楽しみです。



みうら まゆ
三浦 真侑ちゃん(乙女平)
(3歳、H17. 7. 3生)
真侑へ
3歳のお誕生日おめでとう。いつも真
侑から元気をたくさんもらっているよ。
ありがとう。これからもいっぱい笑っ
て幸せになるう。 パパ・ママより



ほりば かいと
堀場 翔斗くん(曾根)
(3歳、H17. 7. 6生)
恐竜と車が大好きな翔斗。
毎日元気に遊んでいるね。
これからも元気に大きく育ってね。



ゆい ちなつ
油井 智夏ちゃん(片羽)
(3歳、H17. 7. 16生)
3歳のお誕生日おめでとう！
いつも愉快的な踊りと歌で、パパとママ
を楽しませてくれるね♪トッキーもそん
なお姉ちゃんが好きだよ♥元気に大き
くなってね。



たかみざわ まな
高見澤 愛ちゃん(新張)
(3歳、H17. 7. 16生)
まなちゃん3歳のお誕生日おめでとう
♥来年は保育園だね。友達をたくさん
作っていい思い出を作ろうね♥



てらお りゅうき
寺尾 竜輝くん(曾根)
(3歳、H17. 7. 22生)
3歳のお誕生日おめでとう！
「大きくなったらハイパーレスキュー
になるの！」と言う竜ちゃん。将来が楽
しみ♪いっぱい食べて、いっぱい遊んで、
元気に大きくなってね。



みき あづま
三木 吾馬くん(金井)
(3歳、H17. 7. 28生)
お誕生日おめでとう。ウルトラマン大
好き♥毎日元気ですごいパワーの、あづ
心の優しい、元気な子に育ってね。

☆募集しまあ!!☆(対象者8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、7月14日(月)必着。



▲みんなでカレーを作ったよ!

東御市で初めての学童保育、「田中児童クラブ」は、田中小学校の北側に隣接しています。今年度は、昼間留守家庭の1年生から3年生までの登録児童43名が利用しています。毎日駆け込むように元気よく「ただいま!」と帰ってきて、まず宿題を始め、終わると室内でオセロやトランプ、ミニブロック等で遊びます。おやつは、とても楽しいひと時です。ごみの分別、片付け、清掃もきちんとしています。当番やグループ活動の中で、3年生が1年生を手助けしたり、教えたりする姿が見られ、一人っ子にとっては大家族の

元気発信! 子育て施設
田中児童クラブの話

きょうだいと生活しているようでもあります。おやつ後は、小学校の体育館でハンドベース、かけっこ、のぼり棒、鬼ごっこ、なわとび、バドミントン等で思い切り体を動かして遊ぶので、冬でも汗びっしょりです。年度末のお別れ会では、保護者といっしょにカレー作り、ゲームを楽しみました。遊びと生活を通して少しずつの自立を援助し、保護者が安心して就労できるよう家庭に代わる安全で健全な場で、健やかに成長してほしいと願っています。



▲お別れ会後の記念写真

学校だより



思い出になった 修学旅行

和小学校六年

石山 愛奈

六月四日、五日に修学旅行に行きました。NHKスタジオパークには、アナウンサーの体験などできるシステムがありました。なか

なか難しそうで、アナウンサーの人も大変なんだなあと思いました。テレビを見るよりスタジオがせまくてえつと思いました。最後記念スタンプをパンフレットにはりました。



▲NHKスタジオパークで

修学旅行

和小学校六年

漆原 裕也

六月四日、五日に修学旅行に行ってきました。

リスピーアや上野動物園、国立科学博物館、国会議事堂など、それぞれいろいろな所を見学してきました。とくに最高裁判所は静かに見学しなくてはならず、きびしかったです。楽しかったのは、花やしきです。そこのおばけやしきは、女子が



▲浅草・雷門前にて

キヤーキヤーさわぐから、ちがう意味でこわかったです。とても楽しい修学旅行になりました。

二年生になって

東部中学校二年

白倉 清華

私は、二年生になってうれしかった事が二つあります。

一つは、クラス替えをした事です。一年生の時は「クラス替えしたくないなあ」と何回も思いました。でも、実際にクラス替えをしてみると、わたしたちのクラスは仲の良い人たちが集まっていて、すぐにみんなが仲良くなれました。ク

ラスマッチで失敗してしまっても、みんなで励まし合う姿が色々な所で見られました。「ドンマイ」とか「頑張って」とたくさん声をかけてもらい、とてもうれしかったです。

二つ目は、部活で先輩ができた事です。今までは自分たちが先輩で、「先輩になるってどういう事なのかなあ」と何回も思いました。私は演劇部に入っています。実際に一年生が入ってくれて先輩ができる、結構うれしかったです。でも、気

をつけたい事は、先輩ぶっていばるのではなく、一年生の良い見本となるようにしたいです。スカートの丈を短くしたり、だらしない服装をして、先輩ぶっている先輩ではなく、部活にもちゃんと毎日出て、提出物をしっかりとらせる、服装がしっかりとできる先輩になりたいです。学芸発表会に向けて劇の準備も大変になってきているので、しっかりと部活に出たいです。

演劇部は大きな大会などは無いので、一番の見せ場



▲教室での授業風景

おいしい ヘビシーカツキング

(レシピ提供：食生活改善推進協議会)

トマトなどといっしょに、
サラダ風の冷やっこを

トマト冷やっこ

●材料 (6人分)

- トマト……………小6個
- 豆腐……………1と1/2丁
- 青じそ……………12枚
- 細ねぎ……………5本
- ちりめんじゃこ……………30グラム

- A
- にんにく……………1かけ
 - レモン汁……………大さじ3と1/2
 - 塩……………小さじ1と1/2
 - 薄口しょう油……………大さじ1
 - オリーブ油……………大さじ4
 - 黒こしょう……………適宜

●作り方

- ①トマトは薄い輪切りにし、冷やす。青じそはちぎって水に放し、水気を切っておく。豆腐はザルにのせ、さらに受け皿にのせて冷蔵庫に入れて自然に水気を切る。
- ②ちりめんじゃこは、フライパンで香ばしくカラッと煎る。
- ③にんにくはすりおろし、Aの材料を

全部合わせてドレッシングを作る。
④豆腐を一口大に切って、器にトマトと交互に盛り、青じそ、細ねぎちりめんじゃこをたっぷりとちらす。食べる時に③のドレッシングをかける。



図書館へ行こう!

東御市立図書館 ☎64-5886

この夏は読書感想文を書いてみよう

青少年読書感想文全国コンクールが今年も開催されます。このコンクールは、児童・生徒などが本に親しむことを目的に、1955年に始まり、今年で54回目を迎えました。

今月は、このコンクールの課題図書を紹介しますので、皆さんも読書感想文を書いてみてはいかがでしょうか。なお、これらの図書は、市立図書館にありますので、どうぞご利用ください。なお、応募要項など詳細は、各学校にお問い合わせください。

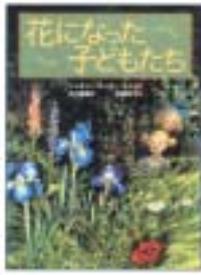
小学校低学年の部 (1・2年生)

● ぼくがラーメンたべるとき
長谷川義史・作・絵
教育画劇



小学校中学年の部 (3・4年生)

● 花になった子どもたち
ジャネット・テラー・作
ライル・作
市川里美・画
福音館書店



小学校高学年の部 (5・6年生)

● チームふたり
吉野万理子・作
宮尾和孝・絵
学習研究社



● 耳の聞こえない子がわたります
マリー・マトリン・作
矢島眞澄・絵
フレールベル館

ブルーバック

● ティム・ウイントン・作
橋本礼奈・画
さ・え・ら書房

● なぜ、冥王星は惑星じゃないの?
布施哲治・著
くもん出版

中学校の部

● とのりのウチナンチュ
早見裕司・著
理論社



● 曲芸師ハリドン
ヤコブ・ヴェゲリウス・作
あすなる書房

天馬のように走れ

那須田稔・著
ひくまの出版

高等学校の部

● オデッセイ号航海記
ロジャー・ペイン・著
角川学芸出版



荷抜け

岡崎ひでたか・著
新日本出版社

● 兵士ピースフル
マイケル・モーパード・著
評論社

◆新着本案内◆

◆一般書

● 50歳からの海外旅行術
鈴木 龍夫・著

● 卵をまったく使わない野菜とくだものたぐつぷりハッピー
アイスクリーム100!
はせがわ めぐみ・著
● 絵本アルバム 齋藤 孝・著

◆児童書

● 竹炭のふしぎな力
中根 周歩・文
● 恋する心はクリスタル
川北 亮司・作
● くっさいぞおくまくん
ブリッタ テッケントラップ・絵

◆行事予定◆

かのう子ども文庫による
7月のおはなしこども会

日時 7月19日(土)
午前10時30分

場所 市立図書館2階読書会室

● 内容
かけ絵「たなばた」

● 絵本
清水さとみ先生による「たなばたかさざり作り」

7月11日(金)は、おはなし会がありません

● 時間
午前10時30分

● 場所
こどもフロアにて

● 対象
就園前のお子さん

7月の休館日 (赤丸の日は休館日です。)

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	29	30	31		

移動図書館巡回場所及び時間変更のお知らせ

赤岩公民館建て替えにより、7月からしばらくの間、赤岩公民館への移動図書館巡回は休止します。また、滋野コミュニティセンターの巡回時間も、赤岩公民館完成までの間は、11時〜11時30分までとなります。ご利用される皆さんには、ご不便をおかけしますがご理解・ご協力をお願いします。

インターネットで図書館の本が検索できます。 <http://www.echol.gr.jp>

悪質商法からお財布を守ろう

展示会商法にご注意!

展示会商法とは、ダイレクトメールや電話、友人を介したり、街頭などで「展示会にお越しください」と言って客を会場に呼び込み、店員が取り囲むようにして強引に商品の契約をさせる商法をいいます。

販売される商品は着物や洋服、宝石、絵画などで、平均契約金額は約150万円と高額です。着物や宝飾品は中高年の女性が、絵画は若い男性が被害に遭っています。いずれの場合も一度契約すると、その後「お得意様無料ご招待」などと電話で勧誘し、新たな契約を結ばせるケースが目立っています。

展示会場では何人もの店員に囲ま

れ、自由に商品を選べない状況で契約する場合があります。特定商取引法の訪問販売やキャッチセールスに該当する可能性もあります。

高齢者の場合、契約したら支払う義務があると思いつい込んだり、相談できずに黙っていたりして被害がなかなか発覚しないケースが多いので、ご家族が注意を払ってください。

若者の場合は自分の経済力、必要性など充分考えて、不要な場合は、はつきり断わりましょう。

●問い合わせ先

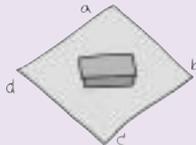
上田消費生活センター ☎27-8517
 金融庁(金融サービス利用者相談室)
 ☎03-5251-6811
 市民課生活環境係 ☎64-5896

身近で実践、エコバッグ!

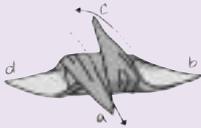
古くから包み物として利用してきた風呂敷。その風呂敷で簡単なバッグを形作って、使ってみませんか。

包むものが細長い場合や結び目を全部解かなくても中身の出し入れができる包み方を紹介します。

①風呂敷の中央に包むものを置きます。



②奥側(a)と手前側(c)の端を持って交差させます。



③左側にある2つの端(c)(d)を本結びします。



④右側の(a)(b)も同様に本結びすると出来上がり。



※買い物には、マイバッグを必ず持って行きましょう。

平成21年度に採用する市職員の採用試験を行います

1、採用職種、採用予定人員及び受験資格

採用職種	採用予定人員	受験資格
上級 行政	若干名	昭和54年4月2日以降に生まれた4年生大卒卒業程度の学力を有する人
初級 事務	若干名	昭和54年4月2日以降に生まれた高校卒業程度の学力を有する人
保育士	若干名	昭和49年4月2日以降に生まれた人で、保育士の資格を取得している人又は平成21年3月までに取得見込みの人

2、申し込み方法

① 提出書類

- ・ 職員採用試験申込書(市役所総務課にあります)
- ・ 写真、卒業証明書又は卒業見込証明書、最終学校の成績証明書

② 申込用紙の請求
 申込用紙は、市役所総務課に直接請求するか、市ホームページからダウンロードしてお使いください。

郵送で請求される場合は、封筒の表に「試験申込用紙請求」と朱書きしていただくとともに、返送用として長形3号の封筒に80円切手をはり、返信先及び郵便番号を記載したものを同封してください。

3、受付期間

平成20年7月22日(火)から8月

4日(月)まで(土曜日・日曜日を除く)の午前8時30分から午後5時30分までです。(郵送の場合、締切日消印有効)

4、試験の日時、場所(予定)

① 第一次試験

- ・ 試験日 平成20年9月21日(日) 午前9時から
- ・ 場所 東御市役所

② 第二次試験

- ・ 試験日 平成20年10月下旬(第一次試験合格者に通知します)
- ・ 場所 東御市役所

※詳しくは応募要領をご確認ください。

●問い合わせ先 総務課総務係

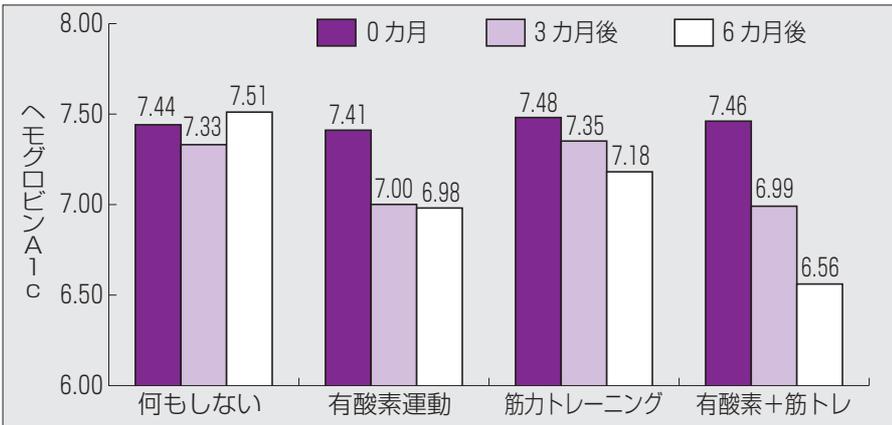
☎64-5876

研究所の
「ちょっと
耳よいな話」④
身体教育医学研究所

糖尿病予防に効果的な
運動とは？

生活習慣病の代表である糖尿病（2型）に運動が効果的であることは周知の事実ですが、有酸素運動の効果、筋力トレーニングの効果、及びそれらを併用して行った効果の3つを比較して、どの方法が最も効果的かを示したものは今までありませんでした。それぞれの運動の効果について、最近発表された研究成果を紹介します（Ronaldら2007の研究）。

39歳から70歳の中高年251名が、週3回の運動を22週間（約5カ月）実施しました（試行期間の4週間を初めに設定したため、計6カ月間の追跡）。対象者を、「何もしない」、「有酸素運動のみ実施」、「筋力トレーニングのみ実施」、「両方の運動を実施」の4つのグループに分けて、ヘモグロビンA1c（糖尿病の指標で、6・5以上が糖尿病と判定される）の数値の6カ月の変化を見たと



ころ、「両方実施」が0・9と大きく改善し、続いて「有酸素運動」が0・43、「筋力トレーニング」が0・3の改善、「何もしない」では0・07の悪化、という結果となりました。エネルギーを消費する有酸素運動に、代謝量を上げる筋力トレーニングを組み合わせることで、リバウンドしにくい減量が成功する、と言われますが、今回の結果により、さらに推奨されることが示されました。

こんにちは
保健師です

上手に
水分補給しましょう！

これから暑くなり、飲み物を飲む機会が多くなりますね。今回は、日常生活における、上手な水分補給の方法をお伝えします。

いつ飲んだらいいの？

- ①起床後：起床後の水は、寝ている間に失われた水分を補給し、体を目覚めさせ、便通を整えます。
- ②入浴前後：入浴時は、汗で水分が失われやすいため、入浴前後にコップ一杯の水を。
- ③就寝前：睡眠中は、想像以上に汗をかき、体内の水分が失われます。就寝前の水は、脳梗塞などを防ぐ、「宝水」といわれています。ぜひ実行しましょう。
- ④こまめに：人がどの渴きを感じるとき、かなりの水分不足になっているといわれています。特に、ご年配の方は、のどの渴きを感じたときには脱水症状に陥っていることも珍しくありません。のどの渴きを感じていなくても、意識して水を飲むようにしましょう。



飲む水分にも
注意しましょう！

アルコールやカフェインは、体から水分を排出させる働きがあります。暑いときに大量に飲むと、かえって水分不足を招くことがあります。また、甘い飲み物には、想像以上に糖分が含まれています。過度の摂取には十分注意しましょう。



いなばくみこ 保健師
稲葉久美子 保健師

国民年金アドバイス

国民年金保険料を免除する制度があります

経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合は、申請することで保険料の納付が免除や猶予される制度があります。

保険料の免除制度には、全額免除、4分の3免除、半額免除、4分の1免除があり、さらに30歳未満の方には納付猶予制度があります。免除・猶予の種別決定は原則、被保険者本人・被保険者の配偶者・世帯主の3者の所得により判定されます。

保険料の免除等を希望する方は、下記により申請をしてください。

また、7月は保険料の免除等の年度更新月です。昨年度、免除等が承認になっていた方に、7月分以降の納付通知書が社会保険事務所から郵送されます。今年度も引き続き保険料の免除等を希望する方は、改めて申請をお願いします。

※平成19年度に「継続免除審査申出受付済」の通知を受けている方には原則、納付通知書の送付はなく、平成20年度に再度申請をする必要はありません。昨年の継続審査申出により社会保険事務局にて審査後、結果通知書または納付通知書が送付されます。

申請場所

市役所市民課国保年金係 または 北御牧総合支所支所市民係

申請する時の持ち物

年金手帳

※次に当てはまる方は、それぞれの必要書類等もお持ちください。

○離職を原因として申請する場合

- ・「雇用保険被保険者 離職票」または「雇用保険受給資格者証」

○被保険者本人以外の方が申請にみえる場合

- ・印鑑
- ・委任状（市民課国保年金係に様式があります）
- ・申請にみえる方を確認できる証書（運転免許証、保険証など）

ご不明な点は下記へお問い合わせください。

●問い合わせ先

小諸社会保険事務所 ☎0267-22-1080
市民課国保年金係 ☎62-1111（内線1231）

まるごと生活百科

7月の納税（納期限7月31日）

- 固定資産税・都市計画税（2期）
- 国民健康保険税（普通徴収）（2期）
- 介護保険料（普通徴収）（1期）
- 後期高齢者医療保険料（普通徴収）（1期）

こちら119（東御消防署）

※カッコは1月からの累計

＝東御市内の5月の出動件数＝

火災 1件（3件） 救急85件（426件）

平成21年6月までに住宅用火災警報器を設置しましょう！！

●詳しくは東御消防署まで ☎62-0119

市内交通事故統計 5月分

5月31日現在（※カッコ内は1月からの累計）

	上田警察署管内	望月警察署管内	合計	前年比
件数	15(69)	5(13)	20(82)	+4(+12)
傷者	18(88)	5(15)	23(103)	+1(+7)
死者	0(1)	0(0)	0(1)	±0(±0)

とうみの気象記録（東御消防署調べ）

	平成20年5月	平成19年5月
最高気温	30.4℃（23日）	32.0℃（9日）
最低気温	5.4℃（12日）	3.8℃（21日）
平均気温	15.7℃	15.9℃
平均湿度	69.2%	64.5%
降水量	99.0mm	71.0mm

東御市民の6.6人(件)に1人が加入しています！

選ばれる理由

① 共済金を真っ先に

何よりも共済金。お支払いを優先にしています。

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

剰余金は割戻金としてご加入者へ公平にお戻ししています。

06年度もムダなく健全に！平成18年度も、掛金の8割強が共済金と割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）

※（真実危険準備金・事業費など）

掛金還元率…80.97%

この部分でご加入者へ還元されます



長野県民共済

共済取組団体 / 長野県認可 長野県民共済生活協同組合
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

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。【携帯サイトのバーコード】

SBCラジオ 県民共済提供「YES! 県民共済」聞いてなるほど! 毎週日曜日18:00～18:30(分)放送

●資料請求はホームページからどうぞ。
www.nagano-kyosai.or.jp/

長野県民共済

検索 ☎

携帯はこちらへ <http://kyo-sai.jp/>

〈広告欄〉

なるほど The ごみ (gomi) No.46
 クリーンリサイクル係 ☎63-6814

資源物(古布類)の分別排出について

資源物として出す古布類で、資源として再利用しているものは主に衣類です。きちんとたたんでひもでしぼり、ストックヤードにはきれいにに入れてください。また、小物類は透明なビニール袋に入れて出してください。

何が資源物として出せるの？

再び着ることが出来る衣類で、きれいに洗濯されているものです。ジーパンなどのズボン類やワイシャツ、セーターなどの毛糸類も出せます。他に、ゆかたなどの着物やポロシャツ、Tシャツ、



ふとんなど寝具や綿入りのもの

カーテン

資源になる衣類は、

きちんとたたみひもでしぼって、

ストックヤードには、きれいに入れましょう。

また、寝具類や座布団類など、大きな物は粗大ごみとして「川西組合最終処分場」へ直接持ち込みをお願いします。

北御牧地区は分別ポストのとおりに、雨に濡れないように透明ビニール袋または指定袋に入れ、区名とお名前を記入してから、決められた日に各公民館等へお出しください。

ただし、ビニール製のカッパ、ペンキなどで汚れが落ちない衣服、いたみのはげしい衣服、はんとんや綿入りのもの、濡れているものや肌着類は資源物にならないので、燃えるごみの日にお出しください。

Q 衣類は何でも良いのですか？
A 洗濯してあれば、ほとんどの物が資源になります。スキーウェアも資源物になります。

い。他に、じゅうたん、台所マット、はんでん等の綿入りのもの、犬・猫などペットに使ったもの、カバンや靴などです。

税のワンポイントアドバイス

「税金の滞納と差押え」

Q 税金をうっかり払い忘れていたら、督促状が郵送されてきました。督促状の裏面には「完納されないときは、財産の差押えを受けなければならぬ」と書いてありますが、本当に財産を差押えられてしまうのでしょうか？

A 税金は一般の債権（貸し金などを返してもらう権利）とは違い、差押えするときに裁判所の許可を必要としません。地方税法では「督促状が送されてから10日を過ぎると滞納者の財産を差押えしなければならぬ」となっています。最近では厳しい財政状況を反映して、差押えを実施する市町村が増えています。

市では、督促状の発送後、催告書を発送（催告書は発送しない場合もあります）しても納税いただけない方の財産（預金・給与・保険・不動産等）を差押えし、納税が公平に行われるよう努めています。

例えば、預金差押えを実施すると預金口座は凍結され、出金や入金ができなくなり、通帳を記載すると支払い欄に「差押え」と表示されることがあります。

「差押え」は社会的な信用を落とすことにもなりかねません。納期限内の納税を心がけましょう。

●問い合わせ先 税務課収税管理係 ☎62-11111 (内線1181)

夏短で一気に勝負!!
夏休み 短期集中指導
 小・中・高生 全学年対象
 長野県家庭教師協会
 0120-00-1111
 無料教育相談実施中
 上田事務局 0268(24)1515
 長野・諏訪・中野・飯代・小諸・佐久
 松本・塩尻・岡谷・諏訪・伊豆・飯田

(広告欄)

そろばんグランプリ・長野 3名が優秀賞受賞

5月18日、長野市で行われた「2008年そろばんグランプリ・長野」に市内の小・中・高校生5名が出場しました。この大会には県内から、ジュニア部門（小学生）に99名、スクール部門（中学・高校生）に63名が出場しました。

その結果、ジュニア部門に出場した吉村英里子さん（滋野小6年）とスクール部門に出場した山崎剣太さん（東部中2年）、長岡優実さん（上田高2年）が見事優秀賞を受賞しました。また、ジュニア部門に出場した土屋綾さんと内山峻さん（ともに滋野小6年）も健闘しました。



湯の丸高原のレンゲツツジを守ろう

5月27日、30日の2日間、湯の丸高原のつつじ平一帯でレンゲツツジ保護活動が行われました。近年ズミやヤナギなどによりレンゲツツジの成長が妨げられ、年々減衰しています。また、湯の丸牧場への牛の放牧頭数の減少も減衰の一因となっています。そこで、一般ボランティアや地元自治会の皆さんなど2日間で約100名が、レンゲツツジの周りの小かん木や下草の刈り払い作業を行いました。ボランティアとして参加した方は、「今年もレンゲツツジが見事に咲き誇ることを期待します」と話していました。

親子でふれあう オオルリシジミ観察会

5月31日、上八重原のシチズンミヨタ(株)北御牧事業所構内で「オオルリシジミ第4回親子観察会」が行われ、県内外から約80名の参加がありました。この日は朝から雨模様で、ミヨタ(株)社内において「北御牧のオオルリシジミを守る会」の皆さんの保護活動を紹介したビデオの鑑賞をしました。途中雨が止んだわずかの時間ではありましたが、屋外でオオルリシジミを観察することができました。気温が低く、残念ながらオオルリシジミが舞う姿は見られませんが、草に止まり、羽を休めているオオルリシジミを参加者は興味深く見ていました。



森のカルタ遊び、森のマリオネットで満喫！ 親子ふれあいトレッキング

5月31日、湯の丸高原で「親子ふれあいトレッキング」（上田地域広域連合主催）が行われ、上田地域内から親子102名が参加しました。当日はあいにくの雨模様でトレッキングはできなかったものの、湯の丸自然学習センターの見学や湯の丸高原ホテル内ではアイスブレイクゲームや森のカルタ遊び、森のマリオネットづくりが行われました。参加した多くの子どもたちは、「雨でもみんなでいろいろな遊びができて楽しかった。来年もまた参加したいです」と話していました。

トピックス 地域の話



美しい歌声と迫力ある演奏
東部中ジョイントコンサート

6月8日、文化会館サンテラスホールで東部中学校合唱部と吹奏楽部のジョイントコンサートが行われました。初めに合唱部が「大切なもの」ほか4曲を合唱しました。続いて吹奏楽部のコンサートステージでは、東部中学校卒業生でトロンボーン奏者の奥村晃さんを招き「トロンボーン協奏曲」ほか4曲を演奏しました。また、マーチングステージでは昨年11月に出場した第20回全日本マーチングコンテストで演奏した「DISTORTED」ほか3曲を演奏しました。中学生の美しい歌声と迫力ある演奏に客席からは惜しめない拍手が送られていました。

一人ひとりの個性が響きあうまちづくりを

5月31日、中央公民館講堂で平成20年度男女共同参画講演会が行われました。「男女共同参画って、どんなこと？」と題し、山梨県立大学教授の池田政子さんが講演を行ったほか、パフォーマンスグループWingやまなしの皆さんが大型紙芝居を使い、身近な暮らしの中で起きている男女間の問題をわかりやすく紹介していました。



行ったほか、パフォーマンスグループWingやまなしの皆さんが大型紙芝居を使い、身近な暮らしの中で起きている男女間の問題をわかりやすく紹介していました。

保育園児が田植え体験

5月23日、西部保育園の年長児32名が曾根中山間地域農業直接支払事業の皆さんの協力により田植えを体験しました。素足になり田んぼに入ると、慣れない泥の感触に最初は不安げな園児もいました。飛び跳ねた泥が顔につくなど、みんな泥だらけになりながらも一生懸命田植えをしました。



最初は不安げな園児もいました。飛び跳ねた泥が顔につくなど、みんな泥だらけになりながらも一生懸命田植えをしました。

緑のサポーターの皆さんによる緑化推進活動

6月7日、ボランティアで緑化推進活動をしている「緑のサポーター」の皆さんが、グリーンパーク通り沿い（文化会館向かい側）のポケットパークで花植え作業をしました。リーダーの武林美寿江さんは「今日は16名の会員で千日紅とジニアを植えました。きれいな花が咲きますので、ぜひ皆さんに見ていただきたいです」と話していました。



今日は16名の会員で千日紅とジニアを植えました。きれいな花が咲きますので、ぜひ皆さんに見ていただきたいです」と話していました。

昔話の新しい発見と感動

6月3日、中央公民館講堂で高齢者大学公開講座が行われました。北海道の名寄市立名寄短期大学名誉教授の松岡義和さんを講師に迎え、「昔話は楽しい」と題した講座に、約150名が受講しました。



「ももたろう」の話では、どうして家来は「猿、きじ、犬」なのかなど、松岡さんの解説に参加者は聞き入っていました。



6・21
市民大学講座「時局講演会」
(中央公民館)



6・19
湯の丸牧場開牧



6・2
道の駅「雷電くるみの里」
来館者150万人達成

6・2
湯の丸高原山開き



5・24
ジュニア野外体験学校事前学習会
(中央公民館)

できごとと短信

●発行／長野県東御市 ●編集／東御市役所総務部企画課 〒389-0592 長野県東御市281-2
 ●TEL (64) 5806 FAX (63) 5431 E-mail shino-tomi@city.tomi.nagano.jp
 ●東御市ホームページ http://www.city.tomi.nagano.jp
 ●印刷／田口印刷株式会社

人の動き

(6月1日現在)

世帯数

11,453世帯(+11)

総人口

32,050人(+12)

男 15,736人(+13)

女 16,314人(+1)

転入 86人(-75)

転出 83人(-45)

出生 26人(+4)

死亡 17人(-5)

※カッコは5月対比

東御市役所はチーム・マイ
ナス6%に参加しています

ふるさとの歴史

祢津ノノウの里を訪ねて

祢津地区活性化研究委員会

その4

巡業先での「ののう」

ここで、諸国巡業に出た祢津の巫女たちについて、巡業先の人たちはどう語り伝えているのか、見てみよう。(『日本巫女史』より)

甲斐(現在の山梨県)では、「信濃は歩き巫女の本場で、関八州はもちろん、遠くは近畿地方にまで出かけた。信濃巫女は常に2、3人ずつ連れ立って、1人の荷物持ちを伴い、道中するときつまり、道を歩くときは着衣の裾(すそ)をかかげて、巡業していた。」と語り伝えられているという。

また、岐阜県加茂郡の美濃太田町付近には、次のような言い伝えが残されているという。「明治維新前までこの地域には2人の市子(巫女)が住んでいたが、1人は信州の親方(神事舞太夫のこと)のところに縁付き、1人は死んでしまった。また、昭和初期のこととして、当時80歳の巫女がその地域に住んでいたが、巫女は幼少のころ、信



宰領(神事舞太夫)と巫女

宰領は、巫女たちの世話をしながら諸国を巡業した。(「東部町誌歴史編下」より)

州で巫女修行をしてきた。」とも語っていたという。リーダーの神事舞太夫は巫女たちに、家法によつて衣服のきまりを定めている。それによると「前々からの法服(決められた衣服)を着て、家法をきちんと守りなさい。法服の模様は決められたものを着用し、その他の模様の衣服は着てはならない。」とされている。こうした家法を守りつつ、親方に引率されて諸国を巡業する道中の巫女たちの胸中に去来する思いは何であったのか。時代を生き抜いてきた女性としての巫女の研究の大事な一側面ともいえよう。

(Y)

編集後記

▼北京オリンピック水泳日本代表の北島康介選手などが国内の大会で「高速水着」として話題となったイギリスのメーカーの水着を着て、数々の日本記録を塗り替えました。このメーカーの北京オリンピック公式水着に、現在梅野記念絵画館・ふれあい館で開催中の書家、井上有一(1916-1985)の書がデザインされることになったそうです。畳1枚ほどの和紙に躍動感あふれる漢字1文字が書かれた作品など約80点が展示されています。この作品展は7月27日まで開催されていますので、ご覧になってみてはいかがでしょうか。(市報担当 関)

