

- 市長新年あいさつ・・・・・・・・・・2～3
- ふるさと東御応援寄附金・・・・・・・・4～5
- 市議会第2回臨時会及び第4回定例会・・・6
- ワイン特区に認定・・・・・・・・・・7



謹賀
新年

ぺったん、ぺったん おもちつき

12月11日、和保育園で恒例のおもちつきが行われました。「ぺったん、ぺったん、ぺったんこ」と歌に合わせて、ねじりはちまき姿の園児が交代でおもちをつきました。つきあがったおもちはごまときな粉のおもちにして、おなかいっぱい味わいました。



市長 新年あいさつ

笑顔が輝き

明るく幸せな一年でありますように



東御市長

花岡利夫

あけましておめでとうございます。

市民の皆様には、希望に満ちた輝かしい新春を清々しくお迎えのこととお喜び申し上げます。

昨年は、四月の市長選挙において、市政の舵取り役を担わせていただくことになりました。その重責をかみしめながら、初心を忘れず「小さくともキラリと光る

東御市」づくりに向け粉骨砕身、誠心誠意努めてまいる所存でございます。

今次、地方自治体を取り巻く環境は依然として厳しい状況にあります。健全財政の堅持を旨として、引き続き、自立し、安定した市政運営を進めるべく、市民の皆様との協働によるまちづくりを標榜し、愛着と誇りを持って頂ける故郷づ



くりのため、全職員が一丸となり

「T」…互いに支えあう

「O」…お産が出来る

「M」…魅力あふれる

「I」…移住者をいざなう

東御市（まちづくり）を目指してまいりたいと思います。

平成二十一年は、市制六年目を迎え、

合併時に樹立した市の柱とも言うべき「第一次東御市総合計画」の後期基本計画のスタートの年でもあり、五年間に亘り培われてきた「さわやかな風と出会いの元気発信都市」を更に具現化すべく、直面する喫緊の課題の解決に加え、将来を見据えた、大胆な施策の展開が求められております。

特に、市民病院への院内助産所の開設、小学校六年生までの医療費無料化、食育の推進、市役所周辺の公共施設のグランドデザインの策定、財政基盤の安定等を最重点として位置付け取り組んでまいります。

今年の干支は『丑』ですが、牛に引かれて善光寺参り“七年に一度の善光寺

御開帳の年でもあります。全国から長野県を訪れる善男善女に、一人でも多く「東御市」を認知頂く絶好の機会と捉え、友好都市の大田区をはじめ、積極的に観光・交流事業にも力を入れてまいります。また、地域活性化の切り札とも言える企業の進出を快く迎えする準備をしてまいります。

更に、昨年認定を受けましたワイン特区のメリットを一日も早く軌道に乗せるべく、市としても「巨峰の王国」を中心に「ぶどうの合衆国」としての広がりを描きつつ農業振興に取り組んでまいります。

大事なことがらに対しては牛歩の如く、そして「牛の歩みも千里」の格言のとおり、リーダーシップを発揮し、常に努力を怠らず成果を挙げる一年にすることをお誓い申し上げます。

結びに、新しい年が、活力に溢れ、市民の皆様の笑顔が輝き明るく幸せな一年でありますよう、心からお祈り申し上げ、新年のごあいさつと致します。



明るい未来を築く

ふるさと東御応援寄附金

寄附金活用メニュー

安心して子どもを産める環境づくり

～市民が安心して暮らすために～

市内において出産から子育てまで、安心して医療機関の診療を受けられるような体制づくりに取り組むため、市民病院へ院内助産所（パースセンター）を開設し、地域医療の向上を図ります。

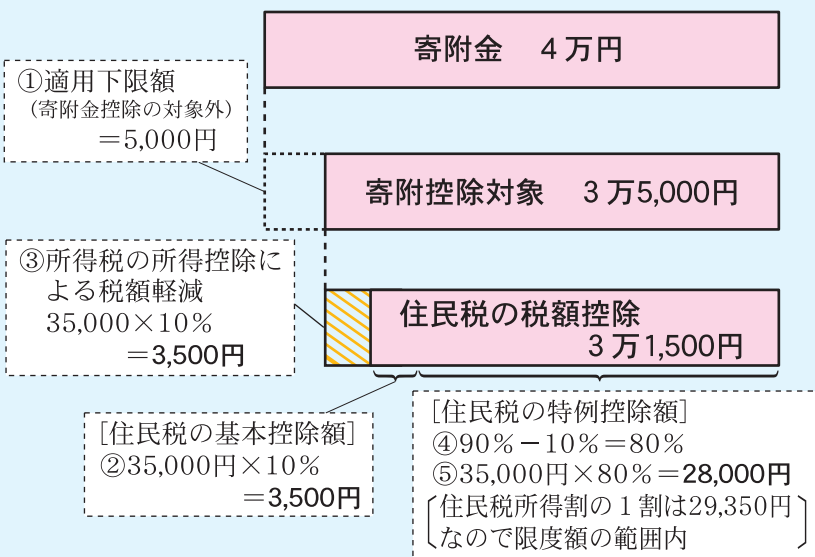


「愛するふるさとを応援したい」という皆様のあたたかい想いを、『ふるさと東御応援寄附金』を通じて、市の施策に活用させていただいております。
新たに次のメニューを追加し、安心・安全、元気なまちづくりのために取り組みを進めてまいります。
「小さくともキラリと光る東御市」のために、大勢の皆様からのご支援をよろしくお願いいたします。

寄附金税額控除の計算例

給与収入700万円で夫婦子2人の場合

寄附金4万円（所得税の税率10% 住民税所得割額29万3,500円）



ふるさと納税制度について

「ふるさと納税」制度は平成20年4月の地方税法改正により創設されました。
この制度は、出身地や応援したい市町村など（いわゆる「ふるさと」）へ寄附をした場合、50,000円を超える部分についてお住まいの市町村の個人住民税（道府県税分を含む。）の1割を上限に税が減額され、結果的に「ふるさと」へ納税したことになる制度です。
（法人の場合は寄附金相当額が損金扱いとなります。）
※税の減額措置を受けるためには、確定申告をしていただく必要があります。

●寄附金税額控除についての問い合わせ先 税務課住民税係 ☎64-5877

さわやかさを暮らしに結ぶまち

環境にやさしいまちづくり、
便利で安全な住みよいまちづくりを進めます。



活力を産業に結ぶまち

訪れる人も楽しめる美しいまちづくりを通じた観光を軸として、地域産業の振興に取り組みます。



健やかさ・安心を結ぶまち

だれもが安心して輝いて生きていくことができる福祉のまちづくりに努めます。



未来を担う人を結ぶまち

まちぐるみのひとづくりを進め、地域の歴史や文化の保全と継承、地域資源の活用による文化芸術活動など文化をはぐくむまちづくりに取り組みます。



支えあい夢を結ぶまち

住みよいまちづくりを実現するため、だれもが個人の尊厳を守り、地域社会に参画できるよう活動を支援します。



市長におまかせ

市長におまかせいただき、各施策に配分させていただきます。

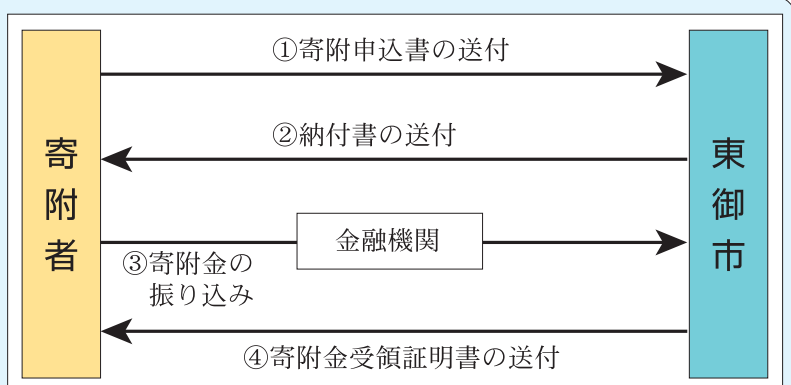


●ご寄附いただく方法

- ①寄附申込用紙（東御市ホームページからダウンロードまたは、下記寄附金受付担当係にご請求ください。）に記入いただき、東御市役所へFAXまたは郵送してください。
- ②東御市役所から納付書を送付します。
- ③送付された納付書に記載されている金融機関にてお振り込みください。
- ④応援寄附金の受領を証明する書類を送付します。

●寄附金受付担当 総務課財政係 ☎64-5805 FAX63-5431

●問い合わせ先 企画課企画調整係 ☎64-5893





三縄 雅枝

副議長



町田 千秋

議長

11月26日に開かれた市議会第2回臨時会において、議長、副議長の選挙が行われたほか、各常任委員会委員等が選ばれました。
また、監査委員も新たに選任されました。（敬称略）

**市議会
第2回臨時会**
議長に **町田 千秋さん**
副議長に **三縄 雅枝さん**

総務文教委員会

委員長 石和 大

副委員長 小山 義明

委員

依田 俊良 青木 周次

堀 高明 三縄 雅枝

社会福祉委員会

委員長 船田貴久夫

副委員長 柳澤 旨賢

委員

土屋 伸吉 若林 幹雄

阿部貴代枝 山崎美喜子

産業建設委員会

委員長 長越 修一

副委員長 清水 新一

委員

蓮見 喜昭 櫻井 寿彦

井出 進一 依田 政雄

議会運営委員会

委員長 青木 周次

副委員長 依田 俊良

委員

土屋 伸吉 石和 大

堀 高明 山崎美喜子

議会広報調査特別委員会

委員長 清水 新一

副委員長 依田 俊良

委員

蓮見 喜昭 土屋 伸吉

若林 幹雄 阿部貴代枝

石和 大 三縄 雅枝

町田 千秋

監査委員 櫻井 寿彦



▲ 9日に開会した定例会

市議会第4回定例会

市議選後初の定例会

14人の議員が一般質問を行う

市議会議員選挙後、初めてとなる市議会第4回定例会が12月9日から25日まで開かれました。

今定例会には平成20年度一般会計、介護保険特別会計、水道事業会計、下水道事業会計の補正予算案のほか、新設条例案2件、一部を改正する条例案3件、市が設置した施設の指定管理者の指定についてなど27議案が提案されました。

15日、16日に一般質問が行われ、14人の議員が市政について質問しました。



市長招集あいさつ（抜粋）

本市の来年度予算の編成も既にスタートさせたところであります。

私が直接関わる初の通年予算編成、併せて市の後期基本計画の初年度としての平成21年度予算編成を行うにあたり、

健全財政の堅持を基本に、最小の経費で最大の効果を上げるよう行財政の簡素・効率化を図りながら、一層の経費の節減・合理化と財源の重点的配分に徹し、市の間断なき発展を期した予算編成になるよう方針を示しました。

とりわけ、「東御市行政改革大綱」「集中改革プラン」や「定員適正化計画」の取り組みを強力に推進して歳出の削減と財源の確保を図り、新年度の重点施策に傾注させるとともに、新たに補助金の見直しや受益者負担の見直しにも着手したいと考えております。

また、総務文教、社会福祉、産業建設の各常任委員会において、付託された議案等が慎重審議されました。

なお、今定例会の詳細につきましては、2月発行の市議会、だよりをご覧ください。



▲15日に行われた一般質問



特産物の果実で新たな地域活性化を 東御市がワイン特区に認定

東御市が国に申請をしていた「ワイン特区」について、11月11日付けで内閣総理大臣から認定されました。

名称「Sunライズ ワイン・リキュール特区」

ワイン特区とは



▲認定書を手にする花岡市長

構造改革特別区域法（以下、「特区」）に設けられた、「酒税法の特例」により、「特区」内において、地方公共団体の長により地域の特産物として

※指定された果実で、当該「特区」内で生産されたものを原料として果実酒を製造しようとする場合には、製造免許の要件のうち、酒税法で、最低製造数量が年間6キロリットルと規定されていますが、特区認定により果実酒は2キロリットル、リキュールは1キロリットルに緩和されることとなります。

※指定果実とは・・・

《ぶどう、りんご、ブルーベリー、かりん》です。

なお、果実酒またはリキュールの製造免許を受けた者は、酒税法の規定に基づき、酒税額等の申告、納税及び酒類の

製造、移出等に関する記帳等を行う必要があります。

―酒類製造免許の概要―

酒類を製造しようとする場合には、酒税法に基づき、製造しようとする種類の品目別に、製造場ごとに、その製造場の所在地の所轄税務署長（上田税務署長）から製造免許を受ける必要があります。

酒類製造免許申請書及び所定の添付書類の提出先は、製造免許を受けようとする製造場の所在地の所轄税務署（上田税務署）ですが、個別・具体的な相談がある場合には、所在地の所轄税務署を担当する酒類指導官までお問い合わせください。

●問い合わせ先

・事業内容に関すること
農政課農政係 ☎64-5894
・特区申請に関すること
企画課企画調整係
☎64-5893

平成21・22年度

東御市建設工事・委託・物品等の 入札（見積り）参加資格申請の 手続きについて

東御市が発注する工事の請負、物品の買入れ等について、一般競争（指名競争）入札及び随意契約（見積り）に参加を希望される方は、あらかじめ市への登録が必要です。登録を希望される方は次のとおり入札等参加資格申請をしてください。

受付期間

平成20年12月15日～

平成21年1月26日

（但し、土、日、祝日及び

平成20年12月27日～

平成21年1月4日を除く）

受付時間

平日：午前9時～午後5時

（但し、正午～午後1時を除く）

入札資格有効期間

平成21年4月1日～

平成23年3月31日

申請の要領と申請書

要領と申請書は、市のホームページからダウンロードしていただくか、市役所総務課財政係において配布いたします。

注意

期間内に申請しない方及び参加資格のない方は、平成21・22年度の工事、各種業務の委託、物品の納入等の受注について市と取引ができません。

●問い合わせ先

総務課財政係
☎64-5805



新型インフルエンザの発生に備えましょう

新型インフルエンザとは？

「新型インフルエンザ」は、鳥などから人に感染したインフルエンザウイルスが、人から人に感染しやすいように変異した新しい型のウイルスによって引き起こされます。

人はこのウイルスに対する免疫を持っていないため、短期間で世界的に大流行するおそれがあります。今から発生した場合に備えておくことが必要です。

実際に新型インフルエンザが発生したらどうなる？

4人に1人が感染し、普通のインフルエンザに比べて重症化したり、死亡する人が増えることが予想されます。また、流行は8週間程度続くと思われると思います。

学校や保育所等は、感染予防のため臨時休校となります。職場では、

県内の被害予想	
受診者数	30万人～44万人
入院者数	8千人～3万7千人
死者数	2千人～1万2千人

※流行期間約8週間を想定

従業員やその家族の感染などにより、最大4割程度が出勤できなくなり、物流の停滞による食料品や生活関連物資の不足が予想され、経済活動の大幅な縮小が余儀なくされます。

想定される感染経路

飛まつ感染

感染者のせきやくしやみの中に含まれるウイルスを吸い込むことで感染



接触感染

ドアノブや手すりなどを介してウイルスのついた手で目・鼻・口に触れることで感染



※この他に、医療現場や密閉空間などの極めて限定した場では「空気感染」も想定されています。

新型インフルエンザに かからないためには？

(予防方法)

まずは、通常のインフルエンザ、風邪などの予防方法を習慣づけることが大切です。

マスクを着用しましょう

せきやくしやみの飛まつを吸い込んだり、ウイルスの付いた手が鼻・口に触れるのを防ぎます。



周囲の人にうつさないためにも重要です。

こまめに手洗い・うがいをしましょう

石けんをよく泡立て、手首、手のひら、手の甲、指の間、爪の間まで念入りに洗いましょう。



不要不急の外出は控えましょう

新型インフルエンザは人と人との接触することにより感染が拡大します。人との接触を避けるため、不要不急の外出は控えましょう。

個人や家庭で今から

準備できることは？

感染を防ぐためには、不要不急の外出をしないようにすることが重要です。このため、発生前の今から、流行のピーク時に外出しなくてもよいだけの最低限（2週間程度）の食料品・日用品等の備蓄をしておきましょう。

日ごろから手洗い、うがいなどの感染予防策を身につけ、まずは通常のインフルエンザ予防を習慣づけましょう。

また、家庭や職場で大流行になったときの対応を相談しておきましょう。

どんなマスクを

使えばいいの？

新型インフルエンザ発生時に一般的に使うものとして、「不織布（ふしよくふ）製マスク」が推奨されます。主に「ブリーツ型」と「立体型」があり、薬局やコンビニエンスストア

アなどで購入することができます。



「プリーツ型」



「立体型」

症状のある人が使用する場合

症状のある人のせき・くしゃみから出る飛まつにより周りの人に感染が拡大するので、飛散を防ぐために、着用することが重要です。

健康な人が使用する場合

ドアノブ、手すり等に付着したウイルスが手を介して口・鼻に触れることを防ぐことができます。また、環境中に飛散されたウイルスが、マスクのフィルターにある程度捕そくされます。

流行期間8週間を想定した備えとして、1人あたり合計20〜25枚程度（発症時に7〜10枚、健康時の外出用に16枚）備蓄しておくといでしょう。

もし、新型インフルエンザが発生してしまったら？

国・県・市の提供する確実な情報等をもとに、新型インフルエンザに対する正しい知識を得て、慎重に行動し、外出を控えるなど自らできる

感染予防につとめましょう。

● 感染予防方法（手洗い、うがいなど）を普段以上にしっかりと行いましょう。

● 人と人との接触をできるだけ少なくするため、極力外出をしないてください。やむを得ない場合は、マスクを着用するようにしてください。

● 「感染したかも？」と思ったら…

事前連絡なく医療機関を受診すると、待合室で感染を拡げてしまうおそれがあります。まずは保健所が発生時に新たに開設する「受診案内・発熱電話相談」へ電話をしてください。

国・県・市の対策は進んでいるの？

国では、「新型インフルエンザ対策行動計画」（平成17年11月）及び「新型インフルエンザ対策ガイドライン」（平成19年3月）を策定し、対策全般の方針を示すとともに、検査対策、ワクチン研究開発等の対策を進めています。

県では、抗インフルエンザウイルス薬の備蓄を行うとともに「長野県新型インフルエンザ対策行動計画（1次改訂版）」（平成20年5月）を作成し、市町村、関係機関との連携による全県的な取り組みを推進することとし、10月には対策の実効性を高めるため対応訓練を実施しました。

● 問い合わせ先

健康保健課保健係 ☎ 64-8882

家庭での備蓄品の例（2週間程度の準備を）

★食料品

- 米
- 乾麺類
- 切りもち
- コーンフレーク
- 乾パン
- 各種調味料
- レトルト・フリーズドライ
- 冷凍食品
- インスタントラーメン
- 缶詰
- 菓子類
- ミネラルウォーター
- ペットボトルや缶入り飲料



★日用品・医薬品

- 常備薬（医薬、痛み止め等）
- ばんそうこう
- ガーゼ・コットン
- 解熱鎮痛剤（アセトアミノフェン等）

※購入時に医師、薬剤師に相談を



★対インフルエンザ対策

- マスク
- ゴム手袋
- 水枕・氷枕
- 漂白剤（次亜塩素酸）
- 消毒用アルコール



★通常の災害時のための物品（あると便利なもの）

- 懐中電灯
- 乾電池
- 携帯電話充電キット
- ラジオ・携帯テレビ
- カセットコンロ
- ガスボンベ
- トイレットペーパー
- ティッシュペーパー
- キッチン用ラップ
- アルミホイル
- 洗剤（衣類・食器等）
- 石けん
- シャンプー・リンス
- 保湿ティッシュ
- 生理用品
- ビニール袋



第5回 東御市短詩型文学祭 受賞作品の紹介

今年も多数の応募が

11月22日、第5回東御市短詩型文学祭が中央公民館で開催されました。
 今回の応募作品の総数は一般から小学生まで1357点となりました。
 会場には投稿者や選者など約60人が集まり、表彰などが行われました。
 その後、参加者は部門ごとに研究会をもち、選者の指導や作品の鑑賞に浸りました。
 各賞を受賞された皆さんの作品を紹介します。(敬称略)

◆ 短歌の部

選者 小山 豊・中島雅子・宮澤 渉

● 市長賞

裁縫を好みし母の形見なる裁ち鋏のねぢ締めて布裁つ

山本 徳子

● 教育委員会賞

別棟に住む子の帰りを夫と二人車の音に毎夜確かむ

山浦 安子

● 公民館長賞

定まりし速度の風を起てながら夕日を曳きて電車過ぎゆく

小宮山若葉

● 文化協会長賞

葱刻む音の確かさ平凡を紡ぐ一日の始まりとして

小宮山若葉



▲各部門で市長賞を受賞された皆さんの表彰



▲各部門ごとに選者を囲んでの研究会

◆俳句の部

選者 上澤樹實人・国見敏子・瀧澤宏司

●市長賞

学校を囲む木の数蟬のかず

三浦 雅子

●教育委員会賞

風鈴や嵩なき母を踏みさうに

清水 恵子

●公民館長賞

建前やこぞりて立てる松の蕊

富岡 博見

●文化協会長賞

春惜しむ子におむすびを持たせたり

白井 信子

◆川柳の部

選者 青木城風

●市長賞

ぬか漬けの茄子紺今日を弾ませる

竹内 初江

●教育委員会賞

暖簾分け宇宙きぼうの店開き

山浦 湧泉

●公民館長賞

微笑みが頑固なしこり解きほぐす

手塚 利勝

●文化協会長賞

拘りを捨てて明るく輪になごむ

宮下 道順

◆現代詩の部

選者 宮沢 肇（現代詩は市長賞作品のみ掲載）

●市長賞

「夏がゆく」

宮坂 春代

●教育委員会賞

「ロータリー」

栗原 陽子

●公民館長賞

「早乙女」

山浦 道幸

●文化協会長賞

「孝女白菊」

鳴沢サト子

夏がゆく

宮坂 春代

「じいさま ばあさま このけむりのつて
おいやれー おいやれー」

夫の抑揚のない節回しはいつもの通りだ

パチパチと芋殻の爆ぜる音と
そこから濛々と湧くけむり

うつすらと夜の帳がおりはじめたあたりに
洗われたような静謐が漂っているのは

ついさつき緑を濃くした
白雨のせいばかりではないだろう

けむりは大きく西への逸れ
地上の気配を包み込むように冲天へ

私はそのけむりの上を駆け降りてくる
父の姿を思い フツと笑った

大事にしていた石楠花や五葉松の鉢植えを
真っ先に見るに違いない

真弓の剪定は気に入るだろうか
庭の片隅の小さな野菜畑が

今年も蘇らないのに苦笑いをするだろうな

薄闇に浮かぶ白萩が
微かな涼気に季節をこぼしはじめた

「おしろうさま おしろうさま このけ
むりのつて おいやれー おいやれー」
夫の声は蕭々と続く…

現世とよみぢを繋ぐか細いけむり
今日はこの一筋が堪らなく頼もしい

幾重にも思いを押し込めた扉の
その扉の鍵を開けてくれるのだから…

私の頭の中では糸車が勢いづき
思い出を手繰りはじめた

立ち上がり苔むした石垣に背をあずけると
そのひんやりした感触に

ああこんなところにも…
いつかの石積みよのときの

額に光るトパーズ色の滴りまでもが
還ってくる…

薄闇に浮かぶ白萩が
微かな涼気に季節をこぼしはじめた

薄闇に浮かぶ白萩が
微かな涼気に季節をこぼしはじめた

「税に関する中学生の作文・標語」 入選作品紹介

上田地区納税貯蓄組合連合会では、租税教育推進事業の一環として「第42回中学生の税についての作文」を募集しました。9校から506点の応募があり、市内からは1人の作文が入選しました。

また、上田税務署と上小・更埴租税教育推進協議会において募集した「税に関する中学生の標語」には21校から2,667点の応募があり、市内からは10人の標語が入選しました。

入選された皆さんの作品を紹介します。（敬称略）

上田地区納税貯蓄組合連合会長賞

感謝の気持ちを忘れずに

北御牧中学校3年 赤尾玲香

日本国憲法の第三十条に「国民は、法律の定めるところにより、納税の義務を負ふ。」とあります。これは「納税の義務」といい、「勤労の義務」、「教育の義務」と並んで国民の三大義務の一つとされています。私達の生活に無くてはならない『税金』。身近であっても、実は知らない事が沢山あるという事に気がつきました。

税金は、私達が暮らしやすい環境をつくるために使われています。病気になった時、病院に行くと治療費がかかります。この金額の一部には税金が使われています。他には公立の小中学校の教科書や、災害の時にも税金が使われています。ここらへんまでは、私も知っていました。でも、他にも使われている場所が無いか調べてみると本当に沢山の場所で使用されているという事が分かりました。

例えば、新しい研究や開発にも税金は使われているそうです。宇宙開発や科学技術の研究等、私達の未来のためにも使われている事が分かりました。

税金について調べてみて、税金のありがたさが改めて分かりました。さっきも出ましたが、学校には税金が深く関わっています。私が毎日安心して楽しく授業を受けられるのも税金のおかげです。もし、税金が無かったら教科書も自分の家のお金で買わなくてはいけません。そうすれば、お金を

沢山持っている人だけが授業を受けられて、他の人は受けられなくなってしまう。それは本当に不平等な事です。なので、私が毎日勉強できる事に感謝したいと思います。

また、部活動にも税金は使われています。私は美術部に所属していますが、作品を作る事は本当にありがたい事です。これから部活をする時は、感謝の気持ちを忘れないようにしたいと思います。

感謝するという事は、ただ思っているだけではなく、授業を毎時間しっかりと受けたりして、行動で表したいと思います。また、教科書も税金のおかげでもらえているので、大切にしていきたいです。

知っているようで知らなかった税金。難しいと思っていたけど、実は私達に大きく関わっている。私も大人になったら税金をきちんと払っていききたいです。それは、国民の義務としてではなく、勉強をさせてくれたお礼として払っていききたいです。皆も、税金について知れば、自然と税金を払おうという気持ちになるんじゃないかと思っています。

今回は、税金について調べ、税金という存在の大きさを知る事ができました。今度は、私がこの税金について沢山の事に伝えていきたいと思っています。

【標語】

上田税務署長賞

税金に

願いを込める

納税者

東部中学校3年

石川

納香

税金は

未来をつなぐ

やさしいタスキ

北御牧中学校1年

佐藤

美里

上小・更埴租税教育推進協議会長賞

税を知り

未来をつくる

こどもたち

東部中学校3年

小池

綾

つくりましょう

未来の笑顔を

税金で

北御牧中学校3年

齋藤

葵

関東信越税理士会上田支部長賞

税金は

みんなと社会を

つなぐ橋

北御牧中学校3年

荻原

優花

上小地方事務所長賞

税金を

納めて作る

良い未来

東部中学校1年

両角翔太郎

税金で

支えていこう

人と街

北御牧中学校1年

都竹

亮介

東御市長賞

納税で

笑顔の多い

街づくり

東部中学校3年

丸山芙美香

納税で

住み良い暮らし

作ろうよ

北御牧中学校1年

寺島

英亜

社団法人上田法人会長賞

未来への

願いをこめて

税金を

東部中学校1年

松沢

美幸

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年制大学卒業程度の学力を有する人
上級 建築 土木	若 干 名	昭和54年4月2日以降に生まれた4年制大学建築学科又は土木学科卒業程度の学力を有する人

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）
- ・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、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21年1月5日（月）か

① 筆記試験（教養・専門）

試験日 平成21年2月1日（日）

午前9時から

② 面接試験

試験日 平成21年2月中旬（日程は追って連絡します）

場 所 東御市役所

※詳しくは市ホームページ又は申込用紙と合わせてお渡しする応募要領でご確認ください。

● 問い合わせ先

総務課総務係 ☎ 64-5876

すくすく育つとうみっ子!!

誕生日おめでとう! (1月生まれ)



いけうち りゅう た
池内 琉太くん(大石)
(1歳、H20. 1. 4生)
琉太1歳のお誕生日おめでとう♥
琉太の笑顔でパパもママもいつもいや
されて、そしてパワーももらっているよ
♥元気にスクスク大きくなあれ♥



むか い
向井みなみちゃん(加沢)
(1歳、H20. 1. 9生)
お誕生日おめでとう。
声が大きくてやんちゃなみなみ。いっ
ぱい食べて大きくなろうね。



なか た か ほ
中田 果歩ちゃん(田中)
(1歳、H20. 1. 17生)
果歩、1歳のお誕生日おめでとう!
かわいい笑顔でいやしてくれる果歩。
これからもたくさん食べて、笑って、元
気に大きくなっていこう♥



おかまつ ゆう み
岡松 優海ちゃん(加沢)
(1歳、H20. 1. 20生)
優海、1歳の誕生日おめでとう♥
お姉ちゃん大好きなゆうちゃん!これ
からもいっぱい笑って元気にすくすく
育ってね♥



す が い りょう
須貝 鈴央くん(東町)
(1歳、H20. 1. 23生)
りょうくん1歳おめでとう。
元気いっぱい動きまわる姿がたのもし
いけどケガしないか心配します。
これからも楽しく毎日を過ごそうね。



お が わ ひび き
小川 響暉くん(県)
(1歳、H20. 1. 27生)
ひーたん1歳のお誕生日おめでとう♥
ひーたんがいてくれるだけで毎日にぎ
やかで楽しいよ。どんな男の子に成長す
るか楽しみだな!



はなやか み う
花岡 美羽ちゃん(リードリーくらかけ)
(1歳、H20. 1. 29生)
美羽、お誕生日おめでとう♥
あっという間の1年だったけどパパと
ママはたくさんの笑顔と幸せをもらっ
たヨ♥これからもかわいい笑顔を見せて
元気に育ってネ♥



なかやま あら た
中山 新太くん(光ヶ丘)
(2歳、H19. 1. 4生)
新太くん2歳おめでとう!!
表情豊かに、おしゃべりもとても上手
になってうれしいです。お姉ちゃんと仲
良く元気に大きくなってネ♪



いちむら かな や
市村 奏也くん(新屋)
(2歳、H19. 1. 5生)
奏也♥2歳のお誕生日おめでとう!
たくさんことができるようになって、
イタズラもエスカレートしてきたね。
これからもいっぱい遊んで元気に大き
くなってね♥



まつばら たす く
松林 祐来くん(本海野)
(2歳、H19. 1. 6生)
食べるの大好き! プール大好き! イタ
ズラ大好き! たすくクン。
★お誕生日おめでとう★
今のまんま、よく笑って食べて遊んで、
大きく大きくなってね♥



こばやし はるか
小林 遥香ちゃん(西海野)
(2歳、H19. 1. 16生)
お誕生日おめでとう♥
はるちゃんが生まれてきてくれて本当
に良かった♥
存在すべてが宝物です。大好きだよ。



お が さ わ ら あ や は
小笠原彩羽ちゃん(東上田)
(3歳、H18. 1. 3生)
すっかりチビママになって弟に離乳食
をあげたりと、ありがとうね。
春から更にのびのび〜っと育ってね♥



たなか ゆい か
田中 結華ちゃん(田沢)

(3歳、H18. 1. 18生)

いつも妹のかやちゃんのお世話やお手伝いをしてくれてありがとう♥おしゃべりやお歌が上手になっていつも皆を楽しませてくれるね♪4月からは保育園楽しみだね☆3歳のお誕生日おめでとう♥



しみず あ み
清水 愛海ちゃん(田中)

(3歳、H18. 1. 26生)

あみちゃん、3歳おめでとう。これからも、元気でやさしい女の子でいてね♥

☆募集しまおう!!☆ (対象者2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、1月13日(火)必着。

おいしい ヘルシークッキング ③4

(レシピ提供：食生活改善推進協議会)

ごぼうとごまの香りが口の中に広がります

たたきごぼう

●材料(6人分)

ごぼう……………200g
白ごま……………大さじ3

A
砂糖……………大さじ1と1/2
酢……………大さじ1と1/2
塩……………小さじ1/3
しょうゆ……………2〜3滴
みりん……………2〜3滴
だし汁……………少々

●作り方

- ①ごぼうは皮をこそげ落とし、酢水につけてアクを抜き、12cmくらいの長さに切る。
- ②①を酢入りの熱湯でゆで、ゆであがったごぼうはザルにあげ、塩をひと

つまみふる。

③形を損なわない程度にすりこぎでたたき、味がしみやすくし、4cmの長さに切る。

④白ごまは煎り、8分ずりにしてAの調味料と合わせ、だし汁でのばす。

ごぼうの水気をふきとってからあえる。



友好都市交流 大田区の皆さんをお迎えして

青少年健全育成活動で 情報交換



▲活発な意見交換が行われました

11月22日、東部人権啓発センターで、大田区青少年対策地区委員会の皆さんと東御市青少年育成市民会議の皆さんとの交流会が開催されました。大田区青少年対策委員会は大田区内18の支部に分かれており、当日は各支部の正副会長さん36人が来られ、青少年の健全育成活動について、青少年育成市民会議の役員と情報交換をし、グループトークで親睦を深めました。

美しい歌声が会場内に響く 大田区・東御市交流合唱祭



▲全員で「大地讃頌」を合唱

◀大田区の合唱団

11月24日、文化会館サンテラスホールで、第5回東御市合唱祭(市文化協会合唱部会主催)が行われました。今回は、大田区からも2団体が初めて参加し、16団体、約300人が美しい歌声を披露しました。

各グループとも日ごろの練習成果が充分発揮され、最後には参加者全員で「大地讃頌」を合唱しました。観客からは惜しみない拍手が送られ、豊かな歌声と美しいハーモニーが会場内に響いたひと時でした。

元氣発信！子育て施設 西部保育園の話題

子どもたちは、地域のなかで育てられていると言います。生まれ育つ地域の風土やさまざまな方々とのかわりには、保育園の子どもたちにとっても心と体をはぐくんでいます。市内各園においても地域の方々と交流をたくさんしています。今回紹介するのは、西部保育園ならではの話題です。子どもたちの大好きな活動の一つにお散歩があります。永井牧場の牛舎まで出かけ、本物の牛にふれたり、ちよつと遠出をして白鳥神社まで行き、しなの鉄道の電車を見に行くこともありますが、園の近くにミニ蒸気機関車を走らせている『汽車のおじさん』がいらつしやることです。

煙をはいて動いている汽車に子どもたちは、ただただ目をうばわれ「すごい！」「遊園地みたい！」「と歓声を上げ、見えています。さらにおじさんのご厚意で交代に乗せていただくこともあります。先日「汽車を走らせるから出かけてください」とうれしい連絡をいただきみんなで行きまし



▲汽笛を鳴らして出発進行！

学校だより



駅伝走りつないだ日の事

北御牧中学校二年

田丸 憲英

俺は、この日までの事を思い返してみた。「うん、面倒くさい。」そして、これからの事もだ。秋の終わり、曇り空によって日の光は出ず、冷たい風が吹き付けてくる。寒さを忘れるために、俺は横を向

く。誰か走って来ていた。自分のクラスかと目を凝らしてもう一度…。ハア先輩のクラス三二か。そして、その後も三二一が抜けて行つた。「やつぱ早い三年は。」と思つていたら、なんと二一が来ていた。タスキが来る。三二一は遠いが、追い着けなくもない距離だ。けど疲れる。でも、ここで抜かなくちゃ一位にはなれないだろう。考えるのもバカバカしいな。俺は言った。「早く来い。絶対抜いてやる。」タスキを受け取った体が軽い。限界のスピードで走る。背中が大きくなつてくる。タツタツタツという軽



▲あとはおねがいね!!

快なりズムで力がさらにわいてくる。後少しで追い着ける。行ける。後少し、後少し。抜いた。じゃ、次の人任せたぜ。俺はタスキを託した。最終結果は二位。悔いは無い。全員で走つてつないだのだから。面白かった。

お米はなんでも使える

和小学校五年

堀 萌

永井農場に行つて、もみすりや精米の見学をし、米はいろいろな事に使えることがわかりました。例えば、もみがらやわらは、たい肥や牛などのえさになります。細かくて商品にならない米は、お菓子やビールの原料になるそうです。稲のすべてが何かの使い道があります。

日本では、お米が自給率の

一番高い食べ物です。私たちにとつてお米はすごく大切な事がわかりました。お米を大切にしていきたいです。

お米の販売

和小学校五年

田中 里穂

自分たちで作つたお米の販売をしました。全部売れるか心配でしたが、一番最初に買ってもらった時はうれしかったです。一番大変だったのは試食係でした。「私たちが作つた和米です。食べてみ



▲脱穀風景
たくさん収穫できたよ

ませんか。」と言い「おいしかったですよ。」と言って買ってくれました。それに、「去年も食べたけど、おいしかったですよ。」と言って買ってくれた人もいてうれしかったです。みごと全部うれてよかったです。



ストップ温暖化 とうみエコライフDAY2008 集計結果



地球温暖化対策について、1人でも多くの皆さんが関心を持っていただくため、「10月3日 東御の日」を『とうみエコライフDAY』として環境のことを考えて生活していただくよう広く呼びかけました。

初めての取り組みでしたが、小学生をはじめ、3,000人以上の皆さんにご参加いただきありがとうございました。その集計結果がまとまりましたのでお知らせします。

私たちの日ごろのちょっとした行動の積み重ねが、地球温暖化防止につながります。これを機に10月3日だけでなく、毎日がエコライフDAYとなりますよう日々の生活を見直し、地球温暖化防止に向けた行動を実践しましょう。

【参加者数】

小学生	803人
一般	2,673人
合計	3,476人

【二酸化炭素削減量】

1,176.4kg

体積に換算すると！

約600m³

エコライフDAYのCO₂削減量を具体例で換算すると！



重さで例えると
1世帯あたりの
年間CO₂排出量が

約5,400kg



なので
約1/5になります。

体積で例えると

25mプール(25m×13m×1.25m)
が、約400m³とすると約1.5倍の量
になります。



杉の木のCO₂吸収量でみると

杉の木1本(50年杉で高さが約20m～30m)は、
1年で約14kg吸収しているとされますので、84本
分の量になります。

エコライフDAYを前に、小学1年生から3年生に
資源の大切さとエコライフDAYの取り組み内容につ
いてお話ししました。



▲祢津小の皆さん



▲北御牧小の皆さん

チェックシートの項目別達成率(上位順)

【一般】16項目のうちの主なもの

(%)

ご飯やおかずを残さず食べた	92.4
冷蔵庫の扉をすぐ閉めた	86.2
水を流しっぱなしにできなかった	84.8
誰もいない部屋の明かりを消した	83.9

自動車やバイクを使わずに、徒歩・自転車・バス・電車
を利用した率は49.6%でした。現代社会は車社会とも呼
ばれており達成率は低くなりました。

【小学生】全6項目

(%)

水を流しっぱなしにできなかった	90.5
冷蔵庫の扉をすぐ閉めた	89.9
ご飯やおかずを残さず食べた	85.7
誰もいない部屋の明かりを消した	80.4
近くに行くときは、車に乗らなかった	71.5
買い物をするとき、余分な袋をもらわなかった	60.5

ご飯やおかずは残さず食べるようにしましょう。

●問い合わせ先 東御市環境市民会議 事務局：市民課生活環境係 ☎64-5896

心の眼

タイムリーな実践力を

(56)

人権同和教育指導員
志摩 浩一



私は休日に、近くの温泉に行くことがある。私が脱衣所にいると高齢の方が風呂から上がって来た。何げなく見ると、脚が不自由らしくよろよろしている。その様子を見て私は、「どうしようかな。どうすることが一番いいのかな」との思いが頭をよぎった。考えていたぶん少し遅れたが、私は部屋の隅にあった椅子を持って、更衣のしやすい場所に誘導した。「ありがとう。」その方は、うれしそうに椅子に腰を下ろし着替え始めた。笑顔で感謝された時には、良いことをしたと感じた。これならあの時に「どうしようかな」などと戸惑っていないで、もっと素早く行動を起こしていれば良かったの思いが残った。この戸惑いの背景にあったものは何だったのか。行動を起こすには「恥ずかしさや照れ」があったり「よけいなおせっかいになるのでは」との思いがあり、もう一歩前に踏み出す「勇気」もなかった。そして自分は、良いこと

をしなくてはいけないのだというその行為に「重さ（気負い）」を感じていたのではなかったか。私は温泉につかりながらそんなことに思いを巡らせた。

私は、ふだん必要としないので気にも止めていなかったが、その温泉の湯船の縁にステンレスの手すりがついていた。これも必要とする人にとつては大事な設備であり大切な配慮である。障がい者や高齢者の方々が健常者や若者と共に生活する空間と時間はますます拡大してきている。最近では建物がバリアフリーになり、歩道には点字ブロックが施されているなどハード面の充実はいだいぶ図られてきた。しかし、それにも増して大切なことは、私たちが人間としてできることを、あたりまえにできているかどうかだ。「点字が理解できる全盲の障がい者が、点字がよく分からない弱視の友人の代わりに切符を購入してやった」という実践例を聞いたことがある。

私たちをとりまく社会には、自分と同じ人間はいない。一人ひとりが違った個性を持ち、個人差を持っている。そんな社会生活の中で相手にとつて必要なことをあたりまえにしているだろうか。そのことは決して相手からお願いされたり強要をされてすることではない。何が必要なことなのか、何が今の自分にできるのか。このことに気づく、これも人権感覚の大切な要素だろう。施設を完備するにはお金が必要だが、人権感覚と実践力を高めるにはお金はまったく必要ない。「良い行為をするのだ」ではなく、まずはもつと肩の力を抜いて、さりげなくあたりまえのことをタイムリーに行動できる実践力を身につけていきたいものである。

悪質商法からお財布を守ろう

公共機関の職員と誤解させる勧誘は、平成21年1月に施行される「長野県消費生活条例」で不当な取引行為とされます。

「水道局の方から来ました」「消防署の方から来ました」などと言って、役所の職員であるかのように思わせ、必要のない商品売りつける不当行為にご注意ください。

(事例)

- ・水道の故障、にぎり水防止の点検作業等
- ・消火器の点検作業等
- ・地上デジタルテレビ放送への全面移行に便乗した詐欺行為

万が一トラブルに巻き込まれた場合、困ったことなどがある場合は、消費生活センターへ早めに相談してください。

●問い合わせ先
上田消費生活センター ☎27-8517
市民課生活環境係 ☎64-5896

健全化判断比率

(単位：%)

区分	実質赤字比率	連結実質赤字比率	実質公債費比率	将来負担比率
東 御 市	—	—	15.4	114.8
早期健全化基準	13.57	18.57	25.0	350.0
財政再生基準	20.0	40.0	35.0	—

※実質赤字比率及び連結実質赤字比率は、赤字額・資金不足額が生じていませんので、該当ありません。暫定値において、将来負担比率が97.0%としてありましたが、その後算定方法の見直しにより114.8%となりましたが、早期健全化基準を下回る結果となりました。

資金不足比率

(単位：%)

特別会計等の名称	資金不足比率	経営健全化基準
公共下水道事業特別会計	—	20.0
特定環境保全公共下水道事業特別会計	—	
農業集落排水事業特別会計	—	
水道事業会計	—	
病院事業会計	—	

※いずれの会計も資金不足額が生じていませんので、資金不足比率は該当ありません。

●問い合わせ先 総務課財政係 ☎64-5805

財政健全化法に基づく健全化判断比率及び資金不足比率 (確定値)

総務省において地方公共団体の財政の健全化に関する法律に基づく「健全化判断比率及び資金不足率」の確定値が公表されましたのでお知らせします。

研究所の 「ちょっと 耳よいな話」⑩

身体教育医学研究所

新たな年を迎えて

あけましておめでとうございます。皆様は新たな年、2009年を迎えて、どのような思いや希望をお持ちでしょうか？

私たち身体教育医学研究所はまもなく設立10周年を迎えるとともに、東御市と(福)みまき福祉会が共同で設立する「一般財団法人」として独立法人化し、新たなスタートを切ろうとしています。これまで、各地区での「足腰しゃんしゃん教室」や「健康体操教室」、小学校や保育園での「運動あそび」、ケアポートみまきでの健康相談、ケーブルテレビ体操など、市民の皆様の健康づくりに関わりながら歩んできましたが、今後ますます地域に密着しながら、元気な地域づくりに貢献する活動を進めていきたいと考えています。

そして、皆様により愛着をもっていただけるよう、研究所の愛称を募集しています。詳しい内容は市報お知らせ版に掲載されていますのでご

覧ください。皆様ふるってご応募いただきますよう、この場を借りてお願いいたします。

なお、研究所では市民の皆様向けに「健康づくりのはじめの一步」という相談窓口を開設し、個々のご要望に応じられるような体制をとっています。関節の痛みの予防・改善や、足腰老化への対応、メタボ対策、体力づくりやスポーツ障害予防など、相談内容に応じて、運動・食事・生活面で実践できる具体的な方法をお伝えしています。元氣な2009年を過ごすために、お気軽に☎61-6148までご一報ください。

2009年が皆様にとって実りある1年になりますように。



▲地区公民館での親子運動あそび教室

こんにちは

健康運動指導士です

基礎代謝量がやせるヒント

基礎代謝とは全く体を動かさなくても、呼吸したり、内臓が働いたり、体温を保つなど、生命を維持するために常に必要なエネルギーの事を言います。1日の総消費エネルギー量は、この基礎代謝量に生活活動代謝量(通勤や家事等の生活や運動)と食事誘導性体熱産生(消化・吸収など食事に伴う消費エネルギー)を足したものになります。

単純に1日の総消費エネルギー量よりも多くエネルギー量(食事)を摂取すると太るし、少ないとやせる訳です。総消費エネルギー量の内訳は、基礎代謝が約70%、生活活動代謝が約20%、食事誘導性体熱産生が約10%を占めています。

つまり効率よくダイエットするには、基礎代謝量を増やすのが一番効果的な方法です。

◆基礎代謝でエネルギー消費が一番高いのは筋肉で、約40%占めています。そのため筋肉を増やす事でエネルギー消費が上がり、太りにくい体を作ります。

◆基礎代謝は、年齢とともに減少します。年齢を重ねると、やせにくい体になるのはこのためです。ま

た、性差もあり男性が多く、女性が少ないとされています。

冬に太るのは・・・動かない・食べる量が増える以外にも理由が

季節の変化も太る要因となります。寒さが厳しくなることから、運動好きで筋肉の多い人は、体温が下がらないように代謝を活性化させエネルギーの消費を増やすことにより、体温を保とうとします。一方、あまり

動くのが好きではなく筋肉が少ない人は、代謝を活発にして体温を上げられませんが、そのため身体に脂肪を蓄えて体温を保とうとします。筋肉が多い人は太りにくく、筋肉が少ない人は太りやすくなるのは、このためです。

太りにくい体のために筋肉を増やし、基礎代謝量の減少を阻止しよう!!

年齢を重ねても、筋肉量は運動を継続することで増えていきます。筋肉量を維持、増加で基礎代謝量の減少を阻止し、太りにくい体を作ってくれます。よって、運動がいかに大事か分かってもらえたでしょうか？これをきっかけに何か1つ続けられる運動を見つけてみましょう。



小林 誠司
健康運動指導士

国民年金アドバイス

年金の「安心」は現役世代にも

「年金はお年寄りのためのものだから、自分には関係ない」このように考えている方はいませんか。

「20歳になったら国民年金に加入するのは国民の義務です」と言われても、若い方には65歳から受けられる『老齢年金』はずっと先の話で実感がわかないかもしれません。

しかし、公的年金には現役世代にも「安心」が用意されているのです。

「万が一」の時を保障

ある日突然、病気やケガで一定の障害を持つようになったり、ご家族を残して亡くなってしまうことは、誰の身にも起こり得ることです。

そんないつ起こるか分からない「万が一」の時にも、公的年金は『障害年金』や『遺族年金』という形でみなさんや残されたご家族の生活を支えます。

まずは加入と保険料の納付を

公的年金は加入手続きをしていなかったり、保険料を納めていなかったりすると、老後や「万が一」の時に年金を受けられない場合があります。

安心のために、忘れずに加入手続きと保険料を納付しましょう。

国民年金保険料が納められない時は

学生や収入が少ないなど、経済的な理由で国民年金保険料が納められない場合には、保険料の納付を免除や猶予する制度があります。詳しくは下記の問い合わせ先までご相談ください。

国民年金の加入は20歳からです。成人の日にはご家族で「年金」についてもお話してみてください。

●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

1月の納税 (納期限 2月2日)

- 国民健康保険税 (普通徴収) (8期)
- 介護保険料 (普通徴収) (7期)
- 後期高齢者医療保険料 (普通徴収) (7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11月の出動件数＝

火災 1件 (6件) 救急98件 (957件)

平成21年5月31日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 11月分



11月30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	7 (138)	2 (28)	9 (166)	- 2 (+ 7)
傷者	11 (178)	2 (37)	13 (215)	+ 4 (- 12)
死者	0 (2)	0 (0)	0 (2)	- 1 (± 0)

シートベルトパーフェクト作戦結果について

11月27日にシートベルト着用調査と取締りを同時に行う、シートベルトパーフェクト作戦を市内にて実施しました。その結果、着用率は100%で、取締り件数も0件でした。今後も自分の命を守るため、運転する際はシートベルトをしっかりと着用しましょう。

とうみの気象記録 (東御消防署調べ)

	平成20年11月	平成19年11月
最高気温	24.1℃ (6日)	18.5℃ (5日)
最低気温	-4.1℃ (23日)	-4.7℃ (24日)
平均気温	7.3℃	7.1℃
平均湿度	75.6%	77.7%
降 水 量	31.5mm	17.5mm

スーパードクター

MAHORO ARIKO

自分のペースでしっかり進めよう。

CHISATO TAGUCHI

あなたの悩みは私達が解決。

スーパードクター

（ハハ）家庭教師は当社の専任講師です。

丁重に丁寧な指導だから納得。

YOSHIE OSAWA

受験はチャンス。わかるまで教えます。

SEIICHI SATO

勉強は楽しくやらせたい。

TETSUKI IZUMI

生徒の目標達成が使命です。

先行予約受付中

まもなく、毎年多くの受験生を志望校合格に導いている一流の先生たちに少し空気が出ます。来年の栄冠を勝ち取る為にスーパードクターの先行予約を! 今すぐお電話ください。

小学校受験から大学受験まで

信頼のブランドスーパードクター家庭教師 全国150都市で地域教育に貢献 派遣実績30年

長野県家庭教師協会

お問い合わせは 三重丸で オールナンバース

0120-00-1111

このフリーコールは最寄りの事務所に繋がりますが、携帯電話からはつながりませんので下記までお電話ください。

— 無料教育相談実施中 —

スーパードクター

検索

上田事務局 上田市中丸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

5つの安心

① ② ③ ④ ⑤

無料料、年会費、選抜料なし

電話勧誘、教材販売なし

(広告欄)

大掃除のごみの出し方
 今回は年末の大掃除で発生した、ごみの出し方についてお伝えします。
蛍光灯の出し方
 水銀が入っており特別な処理が必要のため、有害ごみとしています。交換する蛍光灯が入っていた箱に入れるなど割れないようにし、年2回ある「有害ごみ」の日にお出しください。回収日は生涯学習カレンダーでご確認ください。
たわし類
 たわしにはいろいろありますが、次のようにお願いします。
 ・ スポンジたわし、プラスチックブラシ
【東部地区の方】「容器包装以外のプラスチック」(道具系のプラスチック)の日にし出してください。
【北御牧地区の方】「燃えるごみ」の日に可燃プラスチックとしてし出してください。



・ 亀の子たわし、金属たわし
【東部地区の方】「その他」の日に出してください。
【北御牧地区の方】「燃えないごみ」の日にお出しください。
 ・ 毛糸などで編んだものやへちまなどの植物のたわし
【全地区】「燃えるごみ」の日に出してください。
 ・ 柄がついたたわし
 柄の部分とたわしの部分が違う材質の場合は、柄の部分を切断等して、それぞれ該当する日にお出しください。
洗剤などの容器
 キャップ、ラベル、容器の材質を確認し、それぞれ該当する日にお出しください。
換気扇フィルター
【東部地区の方】「その他」の日に出してください。
【北御牧地区の方】「燃えないごみ」の日にお出しください。

空いた一升瓶、ビール瓶は販売店へ

家庭で空いた一升瓶、ビール瓶は販売店に戻すことにより繰り返し使用され、資源の節約につながります。



税のワンポイントアドバイス

税金の種類によって、課税方法や納税義務者は異なります。今月は税金の種類別に、課税の基準や納税義務者についてご説明します。

1、市県民税

毎年1月1日に住所があった市町村で課税されます。その後、転出しても課税は継続し、新たに転入した市町村で課税されることはありません。

2、固定資産税

毎年1月1日の所有者に課税されます。その後、売却や所有者変更などがあっても、当初の所有者に納税義務があります。

3、国民健康保険税

一人ひとりが被保険者ですが、加入は世帯単位となり世帯主が納税義務者になります。世帯主本人が会社の健康保険に加入しているなど、国保加入者でない場合でも納税義務者となり、滞納による処分も世帯主が受けることになります。

4、軽自動車税

毎年4月1日の所有者に課税されます。その後、売却や所有者変更などがあっても当初の所有者に納税義務があります。

口座振替により納税されている方は、世帯主・所有者の変更や口座名義人がお亡くなりになったときは、新たに手続きが必要になります。引き続き口座振替を希望する場合は、納税義務者や口座名義人を十分確認いただき、手続きをしてください。

● 問い合わせ先
 税務課収税管理係
 ☎62-1111(内線1181・1182)

東御市民の6.6人(件)に1人が加入しています!

全国のご加入者**1,719万人(件)!**
(すべての共済事業の合計/H20年3月末現在)

長野県民の**6.7人1人**が加入されています。

営利を目的としない助け合いの制度!
 共済金のお支払いと割戻金で掛金の約8割をご加入者に還元しています。

長野県民共済

共済取扱団体/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/>

生命共済

満18歳~満60歳 総合保障型
 満60歳~満69歳 熟年型
 満70歳以上の健康な方

こども型

満18歳未満の健康なお子様

新型火災共済

新型火災共済

再取得可能な価格で保証!

さらにおトクな 割戻金

平成19年度の割戻率(長野県民共済実績)

総合保障型 **29.90%** こども型 **31.38%**
 熟年型 **37.67%** 新型火災共済 **41.72%**

※決算後の剰余金は割戻金として毎年3月末日現在のご加入者を対象にお戻ししています。
 ※割戻金の中から払込掛金の5%相当を出資金に振り替えていただきます(こども型は除く)。この出資金は組合解散時にお戻しします。

【上田】☎0268-24-3985(代)
 〒386-1104 上田市福田下田9-33 FAX 0268-24-3902

資料請求はホームページからどうぞ。

長野県民共済 検索
www.nagano-kyosai.or.jp/



携帯から▶<http://kyo-sai.jp/nagano> 携帯サイトのバーコード

〈広告欄〉

図書館へ行こう!!

東御市立図書館
☎64-5886

開館時間 午前10時～午後6時

1月のテーマブック

【冬】

寒い寒い冬です。温かいお部屋で、冬のお話をどうぞ。

●ふゆのあさ

村上 康成…作
ひかりのくに



●まあばあさんのゆきのひピクニック

すとう あさえ…文
織茂恭子…絵
岩崎書店



●そりあそび

さとう わきこ…作・絵
福音館書店



◆新着本案内◆

◆一般書

◆インターネットで確定申告
平成21年3月締切用
……田中 卓也…著

◆参謀力ー直江兼続の知略ー
……童門 冬二…著

◆聖女の救済……東野 圭吾…著

◆赤ちゃん体操
ー脳と体の発達をうながすー
……池田 由紀江…監

◆粗茶を一服……山本 一力…著

◆児童書
前略、がんばっているみんなへ
……北島 康介…作

かえってきたはくちよう
……柿本 幸造…絵

ホッキョクグマのウィンストン
……ジェレミア・トレメン…絵

仮面の大富豪 上・下
……フィリップ・プルマン…作

きこえる? きこえるよ
……たしろ ちさと…絵

◆行事予定◆

和こども文庫による

1月のおはなしこども会

●日時 1月17日(土)

午前10時30分

●場所 市立図書館2階読書会室

●内容

大型いろはカルタとり大会

絵本 「みるなのくら」

「小羊のぼうけん」

「びんぼうがみと

ふくのかみ」他

1月9日(金)は、おはなし会があります

●時間 午前10時30分

●場所 こどもフロア

●対象 就園前のお子さん

図書館発 オススメの一冊

●とんび

重松 清…著
角川書店

昭和37年、ヤスに長男が生まれた。幼い頃に親と離別したヤスにとつて、それはようやく手に入れたぬくもりだった。しかしその幸福は、突然の悲劇によつて打ち砕かれてしまう。我が子の幸せを願う父親の姿を描いた長編小説。



●病気の魔女と薬の魔女

岡田 晴恵…作
学研

いろいろな国々から集まった魔女たちが、いつせいに伝染病のお話を始めます。薬の魔女ローズは、恐ろしい病気の魔女に勝てるのでしょうか? 強毒性新型インフルエンザから生き残るための知恵がつまったファンタジー。



移動図書館巡回場所及び 時間変更のお知らせ

御牧原南部公民館建て替えにより、しばらくの間、御牧原南部公民館への移動図書館車の巡回は休止します。また、菖蒲沢団地の巡回時間も、御牧原南部公民館完成までの間は、14時45分～15時20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。

図書館だより

市立図書館では現在、月刊誌・週刊誌など44誌の雑誌を定期購入し、雑誌コーナーで図書館利用の皆さんにご覧になっていただいています。雑誌の種類は園芸・料理・子育て・旅行・住まいなど様々な分野を取りそろえています。雑誌は通常の貸し出しも行いますが、新刊に限り館内でお読みいただくようになります。

今回、より多くの市民の皆さんにご利用いただけるよう、利用者ニーズ把握のための雑誌購入アンケートを実施します。

このアンケートで、どんな雑誌を図書館に置いて欲しいかなどを図書館利用者の皆さんにお聞きし、4月からの雑誌購入の参考にさせていただきます。アンケートは市立図書館にアンケート用紙及び回収箱を置き、1月末までの予定で行います。皆さんのご協力をお願いします。

1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	⑱	20	21	22	23	24
25	⑳	27	28	29	㉔	31

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>

平成20年を振り返る

(市報とうみから抜粋)



▲花岡利夫市長初登庁



▲消防出初式



▲市民まつり



▲まちづくり懇談会



▲滋野コミュニティセンターしゅん工式



▲火のアートフェスティバル



▲巨峰の王国まつり



▲地震総合防災訓練

- 消防出初式が田中商店街及びサンテラスホールで行われる (1・13)
- 男女共同参画のつどいが中央公民館で行われる (2・24)
- 湯の丸スキー大会が行われる (3・2)
- 市長選挙で花岡利夫氏が初当選する (4・13)
- 子どもフェスティバルが中央公園第一、第二体育館で行われる (5・10)
- テレビの人気番組「開運なんでも鑑定団」の「出張!なんでも鑑定団in東御」の収録がサンテラスホールで行われる (5・17)
- 2007年度東部中学校放送委員会が制作した番組が世界大会環境部門でグランプリを受賞する (6・19)
- 滋野コミュニティセンターが完成し、しゅん工式が行われる (6・22)
- まちづくり懇談会が5地区で行われる (6・26～7・8)
- 災害時における応援協定を北陸コカ・コーラボトリング㈱と締結する (7・25)
- 市民まつり東御どすこいSUN SUNが田中商店街で行われる (8・2)
- 成人式がサンテラスホールで行われる (8・15)
- 地震総合防災訓練が各区で実施される。また、田中小学校校庭では大規模訓練が実施される (8・31)
- 北御牧地区が都市計画区域に指定される (9・1)
- 御牧原診療所が閉所する (9・16)
- 巨峰の王国まつりが中央公園で行われる (9・20～21)
- 称津小学校内に称津児童クラブを開設する (10・1)
- 東御の日記念式典が中央公民館で行われる (10・3)
- 火のアートフェスティバルが芸術むら公園で行われる (10・11～12)
- 市議会議員選挙が行われ、新たに19人の市議が決まる (11・9)
- ワイン特区に認定される (11・11)
- 鞍掛工業団地の安全祈願式が行われ、造成工事が始まる (11・13)
- 人権尊重まちづくり市民の集いが中央公民館で行われる (11・29)
- 市体育協会創立5周年記念バレーボール教室、講演会が行われる (12・6)



▲花岡市長も時代仮装行列に参加



▲浦安の舞

江戸時代の様子を再現 海野宿ふれあい祭

11月23日、海野宿一帯で第18回海野宿ふれあい祭（同実行委員会主催）が行われ、多くの観光客でにぎわいました。白鳥神社境内では、浦安の舞、栗林と常田の獅子舞、雷電太鼓の演奏のほか、子ども相撲が行われました。また、時代仮装行列の一行や人力車に乗った花嫁さんが宿場内を通ると、写真愛好家などがその様子をカメラに収めていました。観光客は名物のほうとうやくるみおはぎを味わい、晩秋の海野宿を満喫されていました。

2008年そろばんコンクール 市内の小中学生 4人が金賞受賞

11月23日、上田商工会議所で2008年全国そろばんコンクール（東信地区）が行われ、市内から18人の小中学生が出場しました。その結果、総合競技（かけ算・わり算・見取暗算・見取算）で、4人が金賞、4人が銀賞、10人が銅賞を受賞しました。

また、種目別競技の読上暗算では、山崎剣太さん（東部中2年）が2位に入賞しました。この大会は5月に上田市で行われる県大会への出場選手選考会も兼ねています。

総合競技金賞の皆さんは次のとおりです。

柳橋みなみさん（田中小2年） 小林風香さん（滋野小3年）
小林優恭さん（滋野小3年） 山崎剣太さん（東部中2年）



▲コンクールに参加した小中学生の皆さん



▲滋野小と北御牧小に贈られたトロンボーンとアコーディオン

東御ライオンズクラブ結成35周年記念 小学校に楽器を寄贈

東御ライオンズクラブが結成35周年を記念して、市内小学校に楽器が寄贈されました。11月28日に会長の懸川相益さんほか役員が市役所を訪れ、滋野小学校（佐藤直人校長）にトロンボーン1台、北御牧小学校（松澤功校長）にアコーディオン1台が寄贈されました。

東御ライオンズクラブは青少年健全育成活動や市内小学校への備品の寄贈などのほか、地域の清掃活動にも積極的に参加しています。懸川会長は「今後も地域に密着した奉仕活動を続けていきます」と話していました。

一人ひとりの人権感覚の向上を 人権尊重のまちづくり市民の集い

11月29日、中央公民館で第4回人権尊重のまちづくり市民の集いが行われ、約200人の市民が参加しました。はじめに、人権啓発に関する作文、標語、ポスターの表彰が行われました。続いて西日本を中心に部落問題をはじめ、ハンセン病、障がい者など、あらゆる差別問題の解消に向けて、歌を通して活動を行っているグループ「願児我楽夢（がんじがらめ）」のトークとコンサートがありました。参加者はメッセージが込められた歌を真剣に聞き、共感されていました。



トピックス 地域の話



▲小学生に指導する
三屋さん



▲「挑戦する勇気を持とう」と話す三屋さん

ロサンゼルスオリンピック銅メダル 三屋裕子さんのバレーボール教室と講演会

市体育協会が創立5周年とNPO法人認証を記念して、12月6日、ロサンゼルスオリンピックで銅メダルを取った三屋裕子さんを招き、バレーボール教室と講演会を開催しました。中央公園第一体育館で行われたバレーボール教室には、小学生などスポーツ教室の受講生や市内及び近隣の中学校の生徒などが参加し、基本動作の指導を受けていました。また、講演会は中央公民館講堂で行われ、「人生のデザイナー」と題し、バレーボールから学んだ前向きな人生の生き方、考え方をユーモアを交えながら話していました。

飲酒運転の根絶、夕暮れ時と 夜間の交通事故防止を

12月11日から31日まで年末の交通安全運動が行われ、初日の11日には国道18号線田中交差点で交通指導所が開設されました。この日は警察官、交通安全協会役員、交通指導員・補導員など約70人が参加し、ドライバーに啓発品を配り、交通事故防止を呼びかけました。

また、13日にはスーパーマーケットなど市内3カ所で、「ピカピカベタンコ作戦」が行われました。交通補導員が買い物に訪れた人の靴のかかとに反射シールをはり、警察官、交通安全協会役員が夜間外出の際の交通事故防止を呼びかけました。

緊急告知

12月8日の夕方、中学生が被害に遭う重大な交通事故が発生しました。夕暮れ時・夜間での交通事故が多発しています。ドライバーはライトの早め点灯をして、安全運転をしましょう。また、歩行者は反射材を身に付けるなど、目立つ格好をしましょう。



▲通勤途中のドライバーに交通安全を呼びかける



▲反射シールで夜間の交通事故防止を

生涯学習市民大学講座

12月13日、中央公民館で生涯学習市民大学講座が開かれ、諏訪東京理科大学教授の篠原菊紀さんを講師に、「キレイな子どもの育て方」と題し講演が行われました。篠原さんは講演中、いくつかの“脳トレ”を織り交ぜながら、日常生活の中での脳の活性化や食生活の大切さなど、キレイな子どもを育てるヒントを話していました。



は講演中、いくつかの“脳トレ”を織り交ぜながら、日常生活の中での脳の活性化や食生活の大切さなど、キレイな子どもを育てるヒントを話していました。

市スポーツ少年団野球教室

12月6日、市スポーツ少年団は中央公園グラウンドで野球教室を開催しました。この日は5地区のスポーツ少年団の小学生など約190人が参加し、社会人野球チームNTT信越硬式野球クラブの選手から打撃や守備などの指導を受けていました。



12・13・18
▲アケボノゾウ化石と埋蔵文化財展
(文化会館展示室)



12・7
▲クリスマスピアノコンサート
(サンテラスホール)



11・21
▲湯の丸高原冬山開き

できごとと短信

平成20年
12月25日発行

●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

(12月1日現在)

世帯数

11,481世帯(+1)

総人口

32,021人(+7)

男 15,703人(-5)

女 16,318人(+12)

転入 74人(-43)

転出 63人(-36)

出生 24人(-1)

死亡 28人(-9)

※カッコは11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

PRINTED WITH
SOY INK

ふるさとの歴史

祢津ノノウの里を訪ねて

その10

祢津地区活性化研究委員会

規制の中ののうたち

祢津の巫女たちやそれを引率して諸国を巡業する
 宰領たちは、習合神道の総元締めの支配頭、田村八
 太夫の管轄下での活動が許されていた。そして、宰
 領たちは神事・舞太夫、巫女たちは梓神子と呼ばれ
 ていた。

そして、田村八太夫は関八州（武州・相州・上
 総・下総・上州・房州・上野・下野）と会津、それ
 に信州・甲州をその支配下においた。そして、この
 支配頭の八太夫は、幕府の神社奉行の管理下に置か
 れた。つまり、祢津の巫女たち（宰領も含め）の活
 動は幕府の公認の下で行われていたのである。

したがって、習合神道家の神事舞太夫や梓神子た
 ちの活動には厳しいきまりがあった。それを、江戸
 後期の安政3年（1856年）の古文書によつてみ
 てみよう。

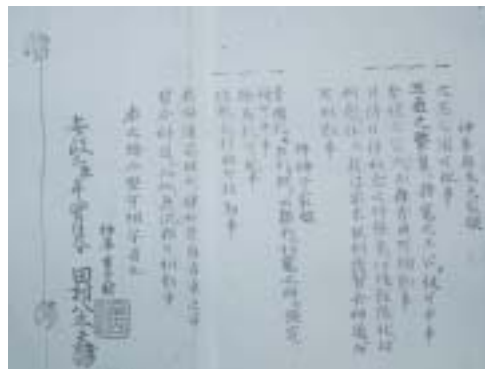
それによると、神事舞太夫の家職として、①大黒
 の像を配布。②五色の幣帛（ぬさのこと）を持つて
 竈之土公のお祓い。③祭礼の宮々で舞音曲の勤め。
 ④月待、日待祈念のとき幣帛を切り、数珠・錫杖を

持ち祈念と定められ、これらはすべて習合神道の法
 式（やり方）によつて勤めることが定められていた。

一方、梓神子の活動内容としては、①青襖紙（あ
 すは紙）などを雛型に切つて簞にはつてのお祓い。

②絵馬札を配る。③数珠占いならびに梓職を勤める
 ことなどを定められている。いずれも他の宗派との
 法式上の混雑を明確に打ち出している。とくに梓神
 子の③が、既述した巫女の口寄せ活動をさしている
 ものと考えられる。

こうしてみると、祢津ののうは諸国を宰領
 とともに巡業して口寄せ（死口・生口・神口（荒神
 ともいう）をその生業としていたというだけのとら
 え方だけでは十分とはいえず、地域の人たちの精神
 生活の多面にわたつて関わりを持ち、影響を与えて
 いたことも知れよう。
 （Y）



▲家職の内容を定めた文書（写し）

編集後記

▼あけましておめでとうござい
 ます。今年も市報とうみをよろ
 しくお願いします。▼表紙写真
 の撮影で和保育園に伺うと、
 「広報さん」と言われ、私も
 もちつきの手伝いをさせていた
 だきました。うすときねでのも
 ちつき、やったことあったかな
 ・・・▼昼食には早速おもちが
 出て、園児たちは「おいしい！」
 と言つて食べていました。私も
 いただきましたが、真空パック
 のおもちとは一味違うおいしさ
 でした。和保育園の皆さんごち
 そうさまでした。

(市報担当 関)



▲みんなでついたおもち、おいしいよ。