

- 地域で育てよう おらほの子ども・・・2～3
- 緊急不況雇用対策本部を設置しました・・・4
- 郷土の医療を支える医学生等の
奨学生を募集します・・・5



うまくすべれる ようになったよ

1月16日、湯の丸スキー場で田中小学校4～6年生のスキー教室が行われました。

4年生にとっては初めてのスキー教室でしたが、インストラクターの指導で、児童たちは見る見る上達していました。

地域で育てよう おらほの子ども

2月は青少年に有害な社会環境を浄化する全国青少年健全育成強調月間です

地域ぐるみでサポート！

青少年を取り巻く環境整備

今月は青少年に有害な社会環境を浄化する全国青少年健全育成強調月間です。

情報化社会の進展により、青少年を取り巻く社会環境は、便利な反面、多くの危険にさらされています。青少年が安心して成長できる地域社会をつくるために、地域ぐるみで社会環境を整備しましょう。

メディアリテラシー

教育の推進

インターネット・ケータイのトラブル！



安全のために持たせていた携帯電話、学習のために使わせていたインターネットを介して、連日のようにトラブルが発生しています。学校裏サイト、ネットいじめなど、子どもたちのトラブルの原因もインターネット・ケータイに関係することが多くなりました。

安全な使い方を知らない、教えてもらわないまま利用したことで、個

人情報の流出、詐欺、暴力など、子どもたちが恐ろしい犯罪に巻き込まれる事件が後を絶ちません。

メディアリテラシーを

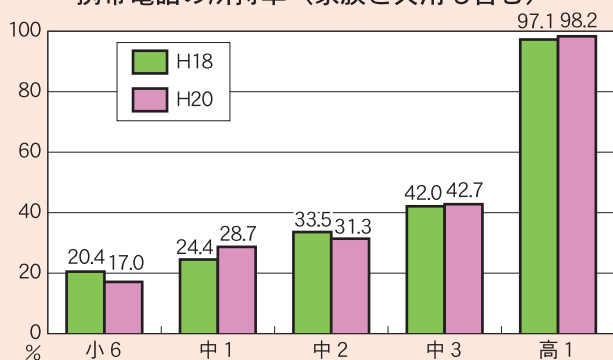
身につける！

携帯電話の所持率の増加、利用年齢の低年齢化など、子どもたちがインターネット・ケータイの裏側に潜む魔の手にはまられる機会が増大しています。子どもたちを被害者・被害者にしないためには、家庭・学校・地域全体で、大人も子どももメディアリテラシーを身につけることが大切です。

市では、家庭・学校・地域と連携をとりながら、メディアリテラシー教育を更に推進していきます。

※メディアリテラシーとは、新聞・テレビ・インターネット等、情報を読み解き、適切に活用する力

携帯電話の所持率（家族と共用も含む）

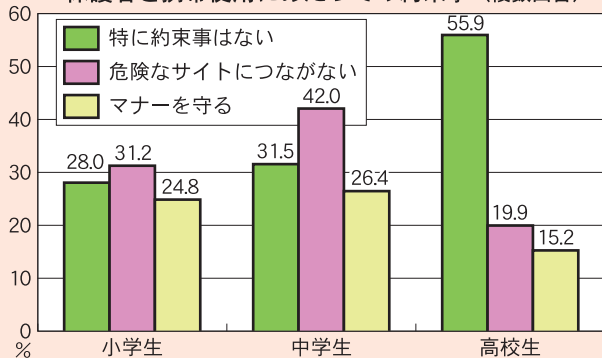


県教育指導課資料 H20.10月調査

「ちょっと待って ケータイ」 啓発DVDの貸し出し

市では文部科学省が作成した啓発DVDを学校向けに購入しました。このDVDでは、メールでのトラブル、架空請求、個人情報の流出、学校裏サイトなどをドラマ仕立てで分かりやすく構成しています。保護者・育成会など、育成団体への貸し

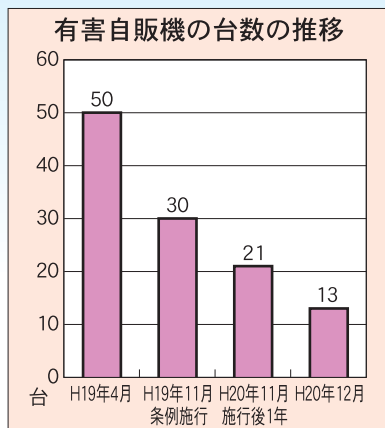
保護者と携帯使用にあたっての約束事（複数回答）



県教育指導課資料 H20.10月調査



出しもできませんので、研修等には是非ご活用ください。



市内に設置されている有害自販機の台数は現在13台ですが、青少年の立ち寄りには依然目撃されています。自販機は無人で販売、購入できるため、わいせつ図画のDVDが販売される事例も発生しました。有害自販機の完全撤去に向けて、地域の皆様の更なるご協力をお願いいたします。新年総会等、各区の会議の中で、「有害環境NO宣言」をお願いしています。これは、県民運動の一環でもあり、毎年行うものです。宣言後は事務局へご連絡ください。

有害環境 NO運動の推進



安心・安全 通学路マップの配布

現在、市では、市内5小学校・2中学校の通学路マップを作成中です。マップには、危険箇所、子どもを守る安心の家、青少年健全育成協力店の場所が記載されています。児童生徒の家庭及び地域へ全戸配布する予定です。是非、見守り活動にお役立てください。

下校時刻は学年によりまちまちです。大通りから中道に入り、ひとけの無い道をひとりで帰る子もいます。地域の皆さんのちよつとした心配りが、通学路の安全を守ります。通勤・散歩などの時に、是非通学路を見守ってください。

心配なのは下校時！

子どもたちが事件・事故に遭わないように、市内では、多くの方々が子どもたちの通学路を見守っています。各学校の見守隊の皆さんが、学校ごとに、危険な交差点、ひとけの無い地下道などに立ち見守っています。その他にも、「青少年補導委員会」「少年警察ボランティア」「防犯女性部」「更生保護女性会」などでも車で巡視活動をしています。

安心・安全 通学路の見守り活動



▲会長表彰を受賞した山田さん（写真右）

山田進さん 青少年育成 県民会議会長表彰受賞

去る11月8日飯山市で開催された長野県青少年健全育成県民大会において、市内で長く青少年の育成活動を行っている山田進さん（東深井）が、県民会議会長表彰を受賞しました。



▲滋野小学校で作成した通学路マップ

友遊クラブ指導者募集

友遊クラブは、仲間といっしょに、ものづくりや自然体験など、いろいろな体験活動を楽しむ遊びのクラブです。小学校区ごとに月1回、開催されます。クラブで子どもたちといっしょに活動していただけるボランティアを募集します。特別な資格は必要ありません。子どもを好きな方、子どもといっしょに活動したい方、ご応募ください。

●問い合わせ先
生涯学習課青少年係（中央公民館内）
☎64-5885



講演会のお知らせ

青少年育成市民会議では全国青少年健全育成強調月間に合わせ、講演会を開催します。講師は「私が一番受けたいココロの授業」の著者、比田井和孝氏です。子育て中の保護者の皆さん、子どもの育成に関わる地域の皆さん、どなたでもお聞きになれます。お誘い合わせの上、お出かけください。

■演題 「すべては子どもたちの幸せのために」

■講師 上田情報ビジネス専門学校講師 比田井 和孝氏

■期日 2月19日（木）午後7時～8時30分

■場所 中央公民館 講堂



緊急不況雇用対策本部を 設置しました



**緊急不況雇用対策
相談窓口の開設**

12月27日から30日まで市役所1階に、経済対策、雇用対策、生活対策について年末相談窓口を開設し、雇用や住宅に関することなど3件の相談がありました。年末に設置した相談窓口では引き続き、以下のとおり相談に応じたいです。

窓口開設日時 平日の午前8時30分から午後5時30分まで
(土日祝日除く)

担当窓口

	相談内容	相談窓口	電話番号
経済対策	融資等の資金援助策	商工観光課商工労政係	64-5895
雇用対策	労働相談	商工観光課商工労政係	64-5895
生活対策	住宅相談	建設課管理係	64-5882
	生活困窮者に対する相談	福祉課福祉援護係	64-8888
	生活資金に関する相談	東御市社会福祉協議会	62-4455
	生活相談全般	市民課生活環境係	64-5896
	外国人相談及び通訳		

世界的な経済状況の悪化により、東御市では独自に市内事業者への経済支援や、離職された市民の雇用対策及び失業等により生活が著しく苦しくなった皆様に対する生活支援を進めるため、12月25日に緊急不況雇用対策本部を設置しました。

今後の対策

従来からの諸施策を踏まえ、その拡大や新しい対策を検討しています。今後、より具体的な施策については決定次第お知らせします。

信州御牧太鼓保存会が 太鼓を整備

八重原諏訪神社の二年参りでの演奏



▲助成により整備した太鼓

信州御牧太鼓保存会では、(財)自治総合センターの助成により、一尺四寸の長胴太鼓2台、桶胴太鼓2台の購入と、既存の太鼓の革の張り替えを行いました。

同保存会は市民祭りや火のアートフェスティバルなどでの演奏のほか、二年参りでござう八重原諏訪神社での打ち納めと打ち初めなど年間20回ほど公演しています。

また、中学・高校生にも太鼓の指導を行うなど積極的な活動をしています。



宝くじは
豊かさ築く
チカラ持ち。

宝くじは、広く社会に
役立てられています。

北信越小学校柔道錬成大会で 小林耀平君(祢津小) 優勝

12月23日、福井県立武道館で第4回北信越小学校柔道錬成大会が開催されました。この大会は北信越地域の強化指定選手(5、6年生)のみが出場できる大会です。当市からは、男子軽量級(40kg以下)に小林耀平君(祢津小5年)と羽柴敦樹君(滋野小5年)が、男子重量級(50kg超)に鷹野仁君(田中小6年)が出場しました。このうち、小林耀平君は決勝戦まで勝ち進み、福井県の選手を圧倒し、見事優勝しました。



▲賞状とメダルを手にする小林君

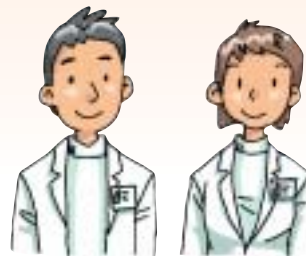
この大会では、昨年も松林輝親君(当時田中小6年)が中量級(50kg以下)で優勝しており、当市の選手が2年連続で活躍しました。

郷土の医療を支える医学生等の奨学生を募集します

市では、東御市民病院等の医師の確保を図るため、将来医師として東御市民病院等に從事しようとする医学部の学生・臨床研修医に対し、修学等に必要な資金を貸し付けします。貸し付けを希望される方はご応募ください。
※市民病院等…東御市民病院若しくは東御市立みまき温泉診療所又は市長の指定する医療機関

【募集の内容】

1. 申請書受付期限 平成21年4月20日まで
 2. 貸付対象者
将来、医師として東御市民病院等に從事する意欲のある医学生、及び臨床研修医
・本人又は保護者が東御市民であること。
・連帯保証人が2人必要です。
 3. 貸付人員 医学生・臨床研修医 若干名
 4. 貸付金額 月額20万円（ただし、臨床研修医の場合は所得制限があります。）
 5. 貸付期間 医学生 6年
臨床研修医 2年
 6. 条 件 臨床研修終了後5年以内に、医師として東御市民病院等の業務に從事すること。
 7. 貸付金の返還猶予期間
・臨床研修を受けているとき。
・臨床研修終了から5年を経過するまでの期間。
・市民病院等に從事しているとき。
 8. 貸付金の返還免除
・市民病院等に、奨学金の貸付期間と同じ期間、医師として従事したときは奨学金の返還を全額免除します。
・市民病院等で勤務期間中に死亡、または他病院へ転勤したときは、従事した期間と同じ期間の奨学金の返済は免除します。
- その他 貸付けの取り消しや、貸付けの目的が達成されなかったときは、貸付金の全額に年5%の利息を加算した額の返還が必要となります。



●詳しくは、健康保健課保健係へお問い合わせください。 ☎64-8882 FAX64-8880

健康づくり行動宣言

『私の決意!!』

東御市健康づくりキャンペーン第3段 あなたの「健康づくり行動宣言」を昨年12月まで募集しました。

応募いただいた皆さんの宣言文をご紹介します。

今年中に絶対、減量！あと7kg!!

中村 巳代子

夜の甘い物はひかえる、頑張るよ!!

晴 芳

ウォーキングの習慣をつけて元気に生活します。

高橋 純子

毎日1万歩めざしてウォーキングします。

サフラン

歩きます1日8000歩！やめます間食！

shirayuri

「健康づくり行動宣言」に応募いただいた皆さんありがとうございます。

「健康づくり行動宣言」の募集は終了しましたが、「自らの健康は自ら守る」という言葉があるように、少しの心掛けで、自分の健康を守ることはできるのではないのでしょうか。

これからも、健康保健課では市民の皆さんの健康づくりのお手伝いをしていきます。健康づくりについてわからないことがあります。健康保健課にお問い合わせください。

●問い合わせ先

健康保健課健康増進係 ☎64-8883

すくすく育つとうみっ子!!

誕生日おめでとう! (2月生まれ)



つちや りく
土屋 凜空くん(御牧原南部)
(1歳、H20. 2. 7生)
たくさん驚きと感動をありがとう。
これからいろいろな経験をして大きくな
ってね。凜空、1歳おめでとう!!



よだ まゆ は
依田舞優羽ちゃん(加沢)
(1歳、H20. 2. 12生)
マユ、1歳の誕生日おめでとう♥
歌とダンスが大好きで、いつもお姉
ちゃんと踊ったり、歌ったりして楽しそ
うだね♥段々おしゃべりできるようにな
って毎日が楽しみで幸せです。これか
らもお姉ちゃんと仲良く、元気に大きくな
ってね♥♥



なかむら あい な
中村 愛菜ちゃん(本海野)
(1歳、H20. 2. 21生)
あいちゃん、1歳のお誕生日おめでと
う♥食べるのが大好きで、元気いっぱい
動きまわるのも大好きなおてんば娘。
これからもニコニコ笑顔でいっぱい遊
んで大きくなってね♥



お がわらけい と
小笠原慶人くん(東上田)
(1歳、H20. 2. 27生)
よく食べ、よく動き、あまり寝ない!
君のパワーにタジタジしつつ楽しませて
もらっているよ。あや姉ちゃんと仲良く
ね、そして名前の通り慶びがたくさんあ
りますように★



わかばし まい か
若林 苺香ちゃん(睦)
(2歳、H19. 2. 3生)
2歳のお誕生日おめでとう。おはなし
も少しずつできるようになってきたネ。
甘えん坊のまいちゃんだけど、春にはお
姉ちゃんになるね。生まれてくる赤ちゃん
と仲良くあそべるといいな。これか
らもう明るく元気に大きくなってね!!



なお い もも か
直井 桃花ちゃん(田中)
(2歳、H19. 2. 16生)
いつも男の子に間違えられてちょっと
かわいそうだったけど、最近女の子らし
くになってきたね。やさしい子になってね。



やまうら はる き
山浦 春希くん(羽毛山)
(1歳、H20. 2. 8生)
春希1歳のお誕生日おめでとう♥
あまりの成長の早さに、パパとママは
ビックリだよ!!春希のおかげで毎日
がとっても楽しいです♥これからすく
くと大きくなってね♥♥♥



たなか か や の
田中華彩乃ちゃん(田沢)
(1歳、H20. 2. 13生)
かやちゃん1歳のお誕生日おめでと
う♥産まれた時は体重が増えず心配した
けど、今はハイハイもたっちも上手にでき
るようになり、すくすく育ってくれて
うれしいよ☆これからは大好きな結華お
姉ちゃんと仲良くね♥



きたはら かい ら
北原 魁来くん(加沢)
(1歳、H20. 2. 27生)
1歳のお誕生日おめでとう♥
これからも家族で楽しい思い出をた
くさん作っていきましょうね。自分のペ
ースで一歩ずつ成長しようね!!



やました そう た ろ う
山下蒼太朗くん(曾根)
(1歳、H20. 2. 28生)
蒼太朗くんは、僕たち夫婦への最高の
ギフト。あたりまえの事がわかる人
になってほしいと思います。



かない さ ら
金井 咲良ちゃん(上八重原)
(2歳、H19. 2. 6生)
咲良ちゃん、お誕生日おめでとう!
とっても元気でおてんばな咲良ちゃん。
我が家のアイドルだよ。
ますます元気で、大きくな〜れ♥



そう ま み そ ら
相馬 碧天くん(常田)
(3歳、H18. 2. 11生)
まだまだ赤ちゃんと思っていた碧天が
もう3歳!!何でも「自分でやる」と小
さな体で頑張る碧天にパワーをもら
う毎日。これからも元気いっぱい大
きくなあれ!

☆募集しまあ!!☆ (対象者 3月生まれの3歳まで)

写真(うらに氏名を記入)・住所・お住まいの区・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・TEL・コメント50字程度を添えて企画課
広報担当までお送りください。記載漏れのあるものは掲載いたしかねます。なお紙面の都合上適宜編集いたしますのでご了承ください。
締め切りは、2月10日(火)必着。

元気発信！子育て施設 和児童館の話題



▲集中して宿題にとりかかる子どもたち

放課後の児童館には「ただいま」の元気な声が幾重にも響き渡ります。宿題にすぐとりかかる子もいれば、「外に行つて来ます」と、どんなに寒い日にも飛び出して行く子、「ボール貸してください」の声と同時に遊戯室にわき起るボールの音と歓声。学習にも遊びにも、とても積極的に取り組んでいる児童たちです。今年度は登録児童が1000人を超え、毎日大勢の児童が利用しています。



▲人気沸騰のこままわし

ラブルはつきもの。そんな時にはお互いの思いを伝え、分かち合い、認め合い、その都度解決して笑顔で帰ることができるよう注意を払っています。ドッジボール、大なわ、こま、サッカー：1年生から6年生の縦割りでの活動が大半を占めています。遊びの中で今以上に年上を尊敬する気持ちや年下をいたわる気持ちを持つことのできる子どもたちに成長することを願い、大いにほめたたえ、時には厳しく職員一同指導にあたっています。



▲ミキサーでつぶしたよ

がんばって作ったおとうふ
北御牧小学校二年
小宮山 らん
わたしたちは、生活科のべんきようでとうふ作りをしました。とうふの作り方は、ひとばん水につけておいた大豆を、ミキサーでつぶします。次に、その大豆をあたたためてしぼり、とうにゆうとおから

楽しかったとうふ作り
北御牧小学校二年
山うら しゅう
ぼくたちは、生活でとうふ作りをしました。一回目はしつぱいして、グチャグチャになつてしまいました。そこで、しつぱいしたげんいんを考えた、本をつかってしらべました。ぼくがしらべたのは、つぶしたダイズをふつとうする



▲つぶしたダイズをなべであたためるよ

にわけます。とうにゆうに、にがりを入れて少しかきまぜ、ザルにうつしてできあがりです。食べてみたら、とってもおいしかったです。自分たちでおとうふを作るのは、とても楽しかったです。まであたためるということです。二回目のとうふ作りでは、しっかりとあたためて作りしました。こんどはじょうずにできて、とってもうれしかったです。

学校だより
三年間の思い出
東部中学校三年
青木 怜奈
卒業を目前に振り返ってみると、いろいろな事が思い出されます。中でも私の一番の

思い出となったのは、つい最近までの福祉委員会の活動のことです。今までの活動に加えて、何かもっと自分たちの手で行える活動はないかと考え「エコキャップ収集」という新しい活動を始めました。ペットボトルなどのキャップ八百個で一人分のワクチンが買えるというものです。キャップ一つには何の価値もなく、ゴミとして捨てられるものだったのに、それを集めることで人の命を救うことができ

るのです。これは私にとって大きな感動でした。最初は理解と協力が得られるかすごく心配だったけど、日がたつにつれて集まる数も増えていき、結果一万個を超えるキャップが集まりました。その時の喜びは今でも忘れられません。この活動は後輩にもずっと続けてほしいと思います。私自身もこの経験で得た感動を持ち続けながら、それにともなつた行動や勉強をこれからもしていきたいと思います。

平成21年

区長(自治推進委員)さんをご紹介します

○地区区長会長 △地区副区長会長

東御市区長会長は、片羽区長 伊藤麟太郎さんです。

地区	区 名	区長又は自治会長
田 中	加 沢	荻原 嘉一
	常 田	小林 卓夫
	田 中	○柳澤 英夫
	県	馬場 功
	本 海 野	宮坂 崇雄
	西 海 野	△小林 茂夫
	白 鳥 台	土田 祐治
	城 ノ 前	青木 一夫
滋 野	赤 岩	田口 健司
	片 羽	○伊藤麟太郎
	桜 井	寺島 武幸
	大 石	掛川 和彦
	中 屋 敷	唐沢 一徳
	別 府	片 十郎
	原 口	小河原登喜雄
	聖	飛知和昌明
祢 津	乙 女 平	高藤袈裟幸
	王 子 平	△小林 吉則
	新 張	佐藤 利明
	出 場	花岡 武司
	金 井	山崎 和義
	新 屋	荒井 明雄
	東 町	○倉島 忠行
	西 宮	別府 恒

地区	区 名	区長又は自治会長
祢 津	姫 子 沢	小林 史人
	湯 の 丸	峯村 文博
	滝 の 沢	斉藤 邦彦
	祢 津 南	△牧内 清一
	伊 勢 原	谷口 正
	奈 良 原	小林 亮一
	鞍掛自治区	島川 勉
	リードリーくらかけ	小林 末男
和 牧	東 上 田	○児玉 勝喜
	田 沢	△小林 勝美
	大 川	竹内 芳男
	栗 林	荻原 博輝
	海 善 寺	荻原 忠雄
	曾 根	荻原 二郎
	東 深 井	深井 敏彦
	西 深 井	碓氷 芳久
北 御 牧	西 入	山浦 甲一
	東 入	小田切隆治
	日 向 が 丘	高橋 訓宜
	海 善 寺 北	若杉 雅樹
	寺 坂	森下 嘉宏
	睦	清水 紀彦
	上 八 重 原	○滝沢 功
	田 楽 平	金井 一茂

地区	区 名	区長又は自治会長
北 御 牧	中 八 重 原	関 英俊
	山 崎	白倉今朝巳
	下八重原西部	荒井 洋
	下八重原東部	笹平 秀一
	芸 術 む ら	久堀周治郎
	白 樺	宮下 強
	切 久 保	中山 耕二
	八 反 田	渡邊 幹夫
北 御 牧	本 下 之 城	小宮山秀樹
	田 之 尻	井出 進一
	宮	柄澤 昭平
	畔 田	小林 芳訓
	御牧原南部	△掛川 五郎
	御牧原北部	唐沢 元生
	御 牧 台	山浦 亮
	布 下	青木 勝彦
北 御 牧	常 満	大口 和栄
	島 川 原	渡邊 堅治
	大 日 向	直井 昇
	光 ケ 丘	直井 和幸
	羽 毛 山	小林 晴夫
	郷 仕 川 原	小宮山直樹
	牧 ケ 原	金子 厚典

(敬称略)

おいしい ヘルシークッキング ③

(レシピ提供：食生活改善推進協議会)

寒い季節、体が温まります

けんちん汁

●材料 (6人分)

木綿とうふ	1/2丁
鶏もも肉	1/2枚
油あげ	1枚
ごぼう	30g

にんじん	60g
小ねぎ	2〜3本
だし汁	900cc
しょうゆ	大さじ2
ごま油	大さじ1
塩	小さじ1

●作り方

- ①とうふは手でほぐし、油あげは細切りにする。
- ②鶏もも肉は小さめの一口大にそぎ切りにする。ごぼうは皮をこそげ、斜め薄切りにし、水にさらす。にんじんは、いちょう切りにする。

③鍋でごま油を熱して②を炒め、とうふを炒め合わせる。

④③にだし汁を注いで油あげを入れ、12〜13分煮て、塩・しょうゆで調味し、ねぎの小口切りを散らす。



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

2月のテーマブック

【空】

冬は寒いけれど、空気が澄んで、空がとってもきれいです。

● 月光公園

東逸子…絵
宙野素子…文
ミキハウス



● 天動説の絵本

安野光雅…著
福音館書店



◆ 新着本案内 ◆

◆ 一般書 ◆

● 女神気……………桐野 夏生…著
● 光……………三浦 しをん…著
● 新編素粒子の世界を拓く
……湯川・朝永生誕百年
……企画展委員会…編

● 漢方をはじめよう

……杏仁 美友…監
● ゆつくり走ればやせる
……比佐 仁…監

◆ 児童書 ◆

● 「おまえだ!」と

カピバラはいった

……斉藤 洋…作

● てんごくのおとうちゃん

……長谷川 義史…絵

● のんきな父さん…丘 修三…作

● ひらけ!なんきんまめ

……竹下 文子…作

● あらしのよるのぼんごはん
……長崎 夏海…作

◆ 行事予定 ◆

おはなしはらっぱによる
2月のおはなしこども会

● 日時 2月21日(土)
午前10時30分

● 場所 市立図書館2階読書会室

● 内容

スライド 「ないた赤おに」
絵本 「まちをずんずん」
「へんしーん」

● エブロンシアター

「ジャックと豆の木」

● 2月13日(金)は、おはなし会があります

● 時間 午前10時30分

● 場所 こどもフロアー

● 対象 就園前のお子さん

図書館発

オススメの一冊

● 世界で一番小さいもうと

コ・スザンナ…文
イ・ジンウ…絵
現文メディア
榊原咲月…訳

待ちに待った妹が誕生!ところが、その妹の体重は、わずか830グラムで超極小、低体重の未熟児。今にも壊れそうな妹から発せられる心の言葉が分かる姉のスアは…。未熟児の妹と姉のスア、家族、学友たちの心温まる物語。



● とうさんのあしのうで

いもとようこ…作・絵

講談社

南極の冬、マイナス50度。コウテイペンギンの夫婦は、命をかけて、たつたひとつのたまごを守り、育てます。やさしい絵とともに命の重さを伝える絵本。



図書館だより

図書館というと堅苦しい印象をお持ちの方も多いと思いますが、最近では社会人や高校生、小中学生だけでなく、小さなお子さん連れで図書館を利用されている皆さんも増えてきているように感じられます。

絵本コーナーでは、小さなお子さんを抱いて絵本を読んでもあげてくれるお父さんお母さんの姿が多く見られ、とてもほほえましく感じられます。親子ふれあいの場としても、図書館がより活用していただけるようになっていけばと思います。

図書館でも、ボランティアグループの皆さんによる「おはなし子ども会」や職員による「おはなし会」を毎月開催し、絵本の読み聞かせなどを行っています。たくさんの方の皆さんに家族連れで参加してもらえると、とてもうれしいです。図書館や絵本などを通じて、親子のふれあいを深めつつ、子供の感受性をはぐくんでいっていただけたらと思います。

2月の休館日

(赤丸の日が休館日です。)

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

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>

心の眼

(57)

人権同和教育指導員
森泉 和雄

事実を知る



11月29日に中央公民館で「東御市人権尊重のまちづくり市民の集い」が実施されました。開会式の後、人権啓発の作文・標語・ポスターの表彰式が行われ、市長から受賞者に表彰状と記念品が授与されました。どの作品も力作ばかりだなと思いました。

次に、「願児我楽夢^{がらめ}」によるトーク&コンサートが行われました。1995年9月に、北九州解放子ども会のリーダー研修で、「音楽による解放学習を」をテーマにコンサートを行ったのが公演のスタートだったそうです。4人による、ノンストップの10数曲の歌とトークの大熱演でした。このグループのタイトルは「一番言いたくないことは一番わかってほしいこと」で、歌詞から推測するに、「仲間・友だち、命、家族・母、差別、人を感じる気持ち、これはおかしいと気づいて言える勇気をもつ」等で、どの歌にも共通しているのは「差別されている人の心の痛み」かなと思います。また、「あなたの心で、自分の心で、全てを感じ、考えて、信じる道を、力の限り、生きてほしい」という歌詞に4人の思いや願いが集約されているのかなとも

感じました。どの歌もすばらしかったけれど、特に、目頭が熱くなつたのは「招かれなかったお誕生会」(作詞・A子さんのおばあさん)でした。小学4年生のA子さんは、仲よしの友だちの誕生会への誘いの電話を待っていたが来なかった。あとで、「どうして呼んでくれなかったの。」とその友達に聞くと、「お母さんに『呼んではならぬ』と言われたからなの。ごめんね。」ひどく落ち込んだが、悪いのはお母さんだと、友だちを責めたりしなかった。「大人って、みんなわがまま。」と言ったA子さんの眼に光るものがあつた。どんなに鋭い刃物より私の胸を刺した、という歌でした。何とむごい歌でしょう。一方、参加者からは、部落差別を受けた体験者の思い・怒り・メッセージが直に伝わって心に強く訴えるものがある、時間的に長く感じなかった、トーク&コンサートという公演方法はとてもいい等の感想が聞かれました。チームリーダーのBさんは、「最前列に座っていた、受賞者の女子中学生が、終始しっかりと聴いてくれていてとてもうれしく励みになりました。」とおっしゃいました。わたしも、表彰された小中学生はこのコンサート

悪質商法からお財布を守ろう

自分の書いた詩や小説などを本にまとめる自費出版に伴う契約トラブルが増加しています。

事例

- ・コンテストに応募したら大賞は取れなかったが出版を勧められ、全国の書店に本を置くと説明され、500冊の契約で制作費として約150万円支払った。一部の本のみ受け取ることができたが、残りの部数は受け取れずどうなっているのかわからない。
- ・事業者に原稿を送ったら絶賛され、500部完売したら費用は事業者が負担してくれると乗り気だった。費用を約430万円支払ったが何の連絡もなく、半年経ったので自分から連絡すると何の手配もしていなかった。

トラブルに遭わないために

- ・本は簡単に売れるものではないことをよく理解し、褒められても冷静な気持ちで考え直しましょう。
 - ・複数の業者から見積りを取り、金額や契約内容を比較してみましょう。本が形になればいいのか、販売してもらいたいのか等、必要なサービスを目的に合わせて選び契約をしてください。
 - ・契約が履行されているかどうか不安に思ったら、早めに事業者に確認しましょう。
- (独立行政法人国民生活センター発行「くらしの豆知識2009」から)
万が一トラブルに巻き込まれたり、お困りになった場合は、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

をどう聴くだろうかと、後ろの席から時々見ていましたが、どの子どもさんもずっと身じろぎもしないで聴いていたのでとても感心しました。「県民の人権に関する意識が後退している」と新聞で報道されたり、市の人権啓発学習会後のアンケート(田中・北御牧)で、約3割の人が人権・同和教育について疑問をもち、懐疑的・否定的な考えを持っている状況の中、人権同和教育を力強く推進するにはエネルギーが必要だと思

います。その元になるのは「人権同和教育についての事実を知る」ことが一番大事なことでないでしょうか。「事実を知る」とは、トーク&コンサートで表現された具体的な、「差別されている人の心の痛み」の事実を理解することだと思えます。それでない「心の眼」は開かないと痛感します。とても感動的な市民の集いに参加できて幸せでした。来年度はさらにたくさんの方の皆さんのご参加を期待しています。

研究所の 「ちょっと 耳よいな話」⑪

身体教育医学研究所

児童期の身のこなしと 成人期の肥満との関係

「運動好きの子どもを育てる」

これは、健康とうみ21でうたわれている目標の一つですが、その根拠の一つとなる研究成果が発表されたので紹介します。イギリスで1万人を超える方たちを30年近くに渡って追跡したデータに基づく研究（O'Sheaら2008）です。

イギリスで1958年に生まれた1万1042人について、児童期に評価された身のこなし（身体のコントロール、調整力、神経機能）と、33歳になったときの過体重の発生との関係を分析しました。ここでは過体重をBMI（体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で計算される体格指数のこと）が30以上としています。

主な結果としては、7歳の時点で担任の先生から①手先の器用さが乏しい、②身体全体の調整力が乏しい、③全体的に不器用、と評価された児童の方がそうでない児童よりも、33

歳になったときに過体重になっている危険性がそれぞれ①1・57倍、②2・30倍、③3・90倍も高くなる、ということが示されました。

メタボリックシンドロームが声高に言われるようになって、現在その問題に直面している成人の方々の健康管理・肥満解消が重要視されていますが、地域としては「運動好きの子どもを育てる」こともまた、将来に渡ってのメタボ対策としてとても大切だと言えます。研究所では「究極の健康づくり・介護予防は地域で元気な子どもを育てること」という考えのもと、次年度から市内の全保育園で定期的な「運動あそび」にかかわっていく予定です。

より多くの子どもたちが元気に育つ地域になることを願って：



こんにちは

栄養士です

特定保健指導活用でチェンジを！

新しく始まった「特定健診・特定保健指導」制度では、メタボリックシンドロームに着目し、「健診」と「保健指導」がセットで行われるようになります。

そして、各医療保険者※が責任を持つよう定められており、市では国民健康保険加入者の保険者として実施しています。

具体的な内容は保険者によって異なりますが、「特定健診・特定保健指導」では、主に次のことを目指しています。

・健診結果から自分の体の状態を把握

握し、自覚症状のないうちに何年後かの病気の発症を予防する。更に、保健指導担当者で生活習慣を振り返り、具体的にどうしたらいいのか？効果的な生活習慣改善のヒントを見つける。

二〇〇八年の世相を表す漢字は「変」でした。皆さんも保健指導を活用し、生活習慣改善のきっかけをつかんで「人生のチェンジ(変)」につなげてみてはいかがでしょうか。

※公的医療保険を指す。国民健康保険、組合管掌健康保険、全国健康保険協会、共済組合など



おいし ち か こ
大石智花子栄養士

国民健康保険加入者のみなさまへ

2009年3月末まで

特定健診（個別）が下記の医療機関で受診できます

●特定健診市内指定医療機関

医療機関名	住所
酒井医院	田中800-51
ささき医院	本海野1673-1
せき内科クリニック	本海野1496-102
東部クリニック	田中193
東御記念セントラルクリニック	県165-1
中島医院	八重原2403
柵津診療所	柵津343-2
ほしやま医院	常田172-1
柳沢医院	滋野乙3095
東御市民病院	鞍掛198
みまき温泉診療所	布下6-1

特定健診（個別）の受け方

- ①健康保健課健康増進係まで電話又は直接窓口にてお申し込みください。
- ②受診券を発行します。
- ③医療機関へ健診の予約をしてください。
- ④健診当日、必要な書類を持って受診してください。

●問い合わせ先

国保加入者…健康保健課健康増進係 ☎64-8883
国保以外の方は各事業所へお問い合わせください。

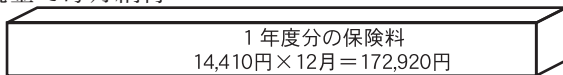
国民年金アドバイス

国民年金保険料の口座振替前納は2月末が申し込み締め切りです

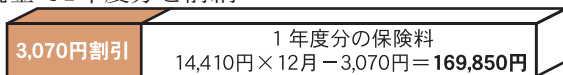
国民年金の保険料は、お支払い方法によってお得な割引料金が設定されています。

お得な前納

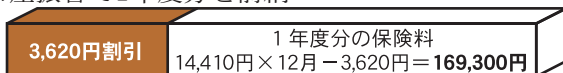
現金で毎月納付



現金で1年度分を前納



口座振替で1年度分を前納



※6カ月前納の場合

6カ月分を現金で前納すると700円割引(年間割引額1,400円)、さらに口座振替で前納すると980円割引(年間割引額1,960円)されます。

(上記は平成20年度の保険料金額を基にしています。平成21年度は保険料金額が変更になる予定です。)

口座振替での前納の申し込みはお早めに

口座振替での平成21年度分1年前納(4月～9月分6カ月前納も含む)の申し込み締め切りは2月末です。

口座振替の申し込みは、預金口座をお持ちの金融機関窓口、社会保険事務所または市役所で受け付けています。申し込みには年金手帳、通帳など口座番号が分かる物と口座の届出印をお持ちください。

ご注意くださいこと

- ・平成21年度分1年前納(4月～9月分6カ月前納も含む)の口座振替日は4月30日です。
- ・残高不足で口座から引き落としができなかった場合は、割引がなくなります。(毎月の口座振替に切り替わります)特に初めて口座振替で1年度分または6カ月分の前納を申し込まれた方は、前納の保険料金額に加えて、前年度3月分の保険料が同時に引き落としとなりますので、ご注意ください。
- ・すでに口座振替で前納されている方は、再度の申し込みは必要ありません。ただし、口座振替の引落方法を変更される場合は、再度、申し込みが必要です。

●問い合わせ先

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

まるごと生活百科

2月の納税(納期限3月2日)

- 国民健康保険税(普通徴収)(9期)
- 介護保険料(普通徴収)(8期)
- 後期高齢者医療保険料(普通徴収)(8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12月の出動件数＝

火災 1件(7件) 救急101件(1,058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 12月分



12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	21(159)	2(30)	23(189)	+15(+22)
傷者	28(206)	2(39)	30(245)	+20(+8)
死者	1(3)	0(0)	1(3)	-1(±0)

交通死亡事故発生

12月14日に交通死亡事故が発生しました。平成20年中の交通死亡事故の全てが幹線道路(国道18号線等)での横断中に発生しています。道路横断をする場合は、ななめ横断をせずに、近くの横断歩道等を利用しましょう。また、ドライバーの皆さんは、よそ見・わき見運転をせずに、スピードは控えめに安全運転を心掛けましょう。

とうみの気象記録(東御消防署調べ)

	平成20年12月	平成19年12月
最高気温	18.6℃(21日)	14.2℃(7日)
最低気温	-7.9℃(27日)	-7.6℃(17日)
平均気温	3.5℃	2.4℃
平均湿度	72.2%	81.3%
降水量	21.0mm	22.0mm

東御市民の6.6人(件)に1人が加入しています!

小さな掛金で大きな保障を

営利を目的としない助けあいの制度

① 共済金を真ッ先に

何よりまずは共済金。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

剰余金は割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19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。

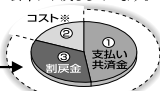
右図: 簡便共済グループの収支状況

(平成18年度、すべてこの共済事業の会計)

※(異常危険準備金・事業費など)

樹金還元率...82.08%

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/>

[上田] ☎0268-24-3985(代)

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

SBCラジオ 県民共済提供「YES! 県民共済」聴いてなるほど! 毎週日曜日18:05～(約5分間)放送

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お金の金融機関から「お申し込み」が必要で、お申し込みの窓口ではお申し込みいただけません。

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〉



▲リサイクル工場に出荷される廃食用油

今年度9月1日より使用済みのてんぷら油などの食用油について、拠点回収をはじめました。開始後、4カ月を経過し、市民の皆さんのご協力により230kgの廃食用油が集められ、リサイクル工場に

廃食用油のリサイクルについて

なるほど The ごみ(gomi) No.53

クリーンリサイクル係 ☎63-6814

廃食用油の回収場所と時間

回収場所	受入日	開設時間
市役所市民課	平日	8:30~17:30
総合支所	平日	8:30~17:30
東部クリーンセンター	平日及び 毎月第1日曜日	9:00~15:00
・滋野コミュニティーセンター ・祢津公民館 ・和コミュニティーセンター	月・水・金曜日	8:30~17:15
	火・木曜日	8:30~12:30

回収の際ご注意ください

- ・てんぷら油やサラダ油等、揚げ物に使用される食用油に限ります。
- ・水、ラード（動物油）、灯油、エンジンオイル、機械油、油かすは入れないでください。



▲回収場所に集まった廃食用油

回収した廃食用油は資源として有効に利用されます。今後ともリサイクルに向けた分別回収とごみ減量にご協力ください。

出荷されました。回収方法は、使用済みのてんぷら油は、油が入っていたプラスチック容器やペットボトルに入れて、回収場所に設置してあるペール缶に容器ごと入れてください。

回収された廃食用油は塗料の原料に

廃食用油を蒸留して脂肪酸を取ります。この脂肪酸は自動車や橋を塗装する際のの下地塗料の原料となります。

税のワンポイントアドバイス

Q 昨年中、就職活動で全く収入がありませんでしたが、収入がなかった人でも市県民税の申告をする必要があるのでしょうか？

A 1年間全く収入がなかった人又は少ない人でも、市県民税の申告が必要です。市県民税の申告を行わないと、国民健康保険税の軽減や福祉医療給付金の算定、児童手当の支給などの行政サービスが受けられないことがあります。

ただし、税金上でどのような扶養（社会保険や扶養手当の扶養とは違います）になっている場合は、市県民税の申告をしていただく必要はありません。

また、所得税の確定申告が不要の場合でも、市県民税の申告は必要です。

●問い合わせ先
税務課住民税係
☎6415877

温暖化の成績 俺の成績 寒冷化。

スーパー家庭教師®におまかせ!
(スーパー家庭教師は当社の登録商標です)

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。

先予約 受付中!

立川志の輔
当社で活躍中

信頼のブランドスーパー家庭教師 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 二重丸で オールナンバーワン

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右記までお電話ください

— 無料教育相談実施中 —

上田事務局 上田市中心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

- 解約料、年会費、選抜料なし
- 電話勧誘、教材販売なし

〈広告欄〉



▲整然とした行進

平成21年東御市消防出初式

1月11日、平成21年東御市消防出初式が行われました。田中商店街では、市内10保育園、幼稚園の幼年消防クラブ員約280人が寒さに負けない元気いっぱいの行進をしました。続いてラッパ隊、消防音楽隊を先頭に消防団、婦人消防協力班、自衛消防隊など約600人や積載車などの消防車両が続々と行進をしました。

その後、文化会館サンテラスホールで式典が行われ、ラッパ隊、消防音楽隊の新春演奏や功労のあった団員などの表彰が行われました。新年にあたり団員は、「地域の安心安全は自分たちが守る」という決意をしていました。



▲功労のあった皆さんへの表彰



▲ラッパ隊、音楽隊の新春演奏



▲幼年消防クラブ員も寒さに負けず元気に行進

元旦マラソン・ウォーキング

1月1日、第10回元旦マラソン・ウォーキング（田中地区生涯学習まちづくり推進協議会、田中地区分館長会主催）が田中コミュニティーセンター発着・県諏訪神社折り返しで行われました。昨年は前日の雪が影響し中止になりましたが、今年は天候にも恵まれ、例年よりも参加者が増え、マラソン（5km）には62人、ウォーキング（2.5km）には71人が市内外から参加し、自分の体力に合わせて各コースでさわやかな汗を流しました。マラソンに参加した男性は、「気持ちよく走れました。今年も良い年になるよう願っています」と話していました。



▲田中コミュニティーセンター前を元気に出発



▲太く、大きく、思いを込めて



▲お雑煮おいしいね

新春書き初め大会

1月6日、中央公民館講堂で第5回新春書き初め大会が行われ、小・中学生や大人などあわせて約80人が参加しました。参加者は市文化協会書道部会の皆さんの指導を受けながら、新年の思いを書で表していました。書き初めが終わると、市食生活改善推進協議会の皆さんによる手づくりのお雑煮が振る舞われ、参加者はおいしいお雑煮を食べながら、交流を深めていました。

トピックス 地域の話



▲事故現場での説明



▲事故防止に向けて、話し合いが行われる

交通死亡事故現場で現地診断

1月13日、国道18号線西海野区内で12月14日に発生した交通死亡事故現場で現地診断が行われました。この日は、上田警察署、地域交通安全活動推進委員、安協、長野国道工事事務所上田出張所、上小地方事務所、地元区役員、市などから約30人が参加しました。事故現場で警察官から当時の状況説明があり、その後海野宿ふれあいセンターで事故対策について話し合いが行われました。上田警察署管内の昨年の死亡事故8件中、7件が高齢者が犠牲となっており、高齢者を対象にした交通安全教室を開催するなどの意見が出されていました。

真心のこもったおせち料理作り

12月29日・30日、総合福祉センターで市社会福祉協議会と市民生児童委員の皆さんにより、年末年始を1人で迎える高齢者と高齢者世帯及び父子家庭に届けるおせち料理作りが行われました。真心のこもった手作りのおせち料理は担当地区の民生児童委員さんにより各世帯に届けられました。



こだわりのみそ作りに取り組んで

12月17日、長野市で平成20年度長野県農村女性フェスティバルが開かれました。このフェスティバルで、自宅の土蔵を改修してみそ作りに取り組んだ事例で、土屋万里子さん（新張）が、地域の特性を生かし、農産加工等に取り組む起業活動の部で優秀賞を受賞しました。



新春経済講演会

1月16日、平安閣みまきで新春経済講演会が開かれました。講師に読売新聞特別編集委員の橋本五郎さんを招き、景気動向と政治経済のゆくえと題し、現在、様々な意見が出ている定額給付金や衆議院の解散時期などについて、熱のこもった話をされました。



健康で過ごせるように

1月15日、御牧原保育園でどんど焼きが行われました。



前日におじいちゃん、おばあちゃんなどと一緒に作った稲の花を、今年も健康で過ごせるようお願いを込めて焼き、みんなで焼きたてを食べました。

できごとと短信

1・6 ▼ オオカキのはく製披露

（湯の丸高原地蔵峠頂上付近の県道で死んでいるのを地元の人が発見。調査完了後、許可を取り、はく製に。）



1・8 ▼ 道の駅雷電くるみの里で販売する「くるみおはぎ」

が食の祭典食コンクールで銅賞受賞（14日、花岡市長に受賞報告）



1・16 ▼ 農村女性になそう会

記念講演 講師 駒ヶ根グリーンホテル総料理長 越信治さん（湯楽里館）



平成21年
2月2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

(1月1日現在)

世帯数

11,482世帯(+1)

総人口

32,011人(-10)

男 15,697人(-6)

女 16,314人(-4)

転入 94人(+20)

転出 86人(+23)

出生 22人(-2)

死亡 32人(+4)

※カッコは12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

その11

祢津地区活性化研究委員会

生まれ故郷を遠く後に…

祢津の歩き巫女たちは、巡業先の諸国から幼き子女を養女縁組、あるいは弟子入りとして村に連れ帰り、巫女育成に努めたことは既に述べた通りである。

ペリー来航1年前の嘉永5(1852)年の「梓神子弟子証文之事」という文書の内容を見てみよう。この文書は、現在の犬山市域(愛知県)のある村の百姓宇兵衛が、親類や世話人の同意を得て、12歳になる娘のまつを比田井村(現在の佐久市)の集合家へ弟子入りをさせたことを記したものである。

「当家(筆者注…集合家)に娘を進上します。」という文言が記され、「御家法御伝授(筆者注…巫女修行)する過程の中で、娘を親元に取り戻しなどは決していたしません。なお、娘が駆け落ち・病死・とん死(注…急死)しても、そちらの家法に従って取り計らってほしい。」といった内容が記されている。

他にも、同様の内容の記された、現在の静岡県内のある村から9歳の娘の弟子入証文(天保10(1839)年)も

39)年)、また、現在の岐阜県西部のある村から15歳の娘の弟子入証文(天保11(1840)年)も残されている。

9歳・12歳といえば、今の小学校の児童である。巫女たちの諸国巡業先の広範囲に驚かされることもさることながら、親元を遠く離れた、しかも、冬の寒さの厳しい信州で、巫女修行に励まされる幼き巫女たちの胸中には、どんな思いが去来していたのであろうか。——しかも親たちの記した文書の内容も知らずまに…。

封建社会の農村に女として生まれたということ、なかには数奇な運命をたどった巫女たちもきつとしたことであろう。

今、祢津小学校近隣には、巫女たちの眠る墓石が多く残されている。(Y)



▲巫女弟子入り証文
 (「東部町誌歴史編下」より)

編集後記

▼今月号のできごと短信で、道の駅雷電くるみの里の「くるみおはぎ」が、食の祭典食コンクールで銅賞を受賞したことを掲載しました。また、12月号では信州味の里とうみの「大根の巨峰漬け」が信州の味コンクールで優秀賞を受賞したことをお伝えしました。ここ最近、地元の特産品を使った商品が注目されています。東御市はワイン特区にも認定されました。今後、特産品による新たな地域活性化が大いに期待されます。

(市報担当 関)



▲くるみをふだんに使った「くるみおはぎ」