

- 花岡市長就任1周年インタビュー・・・2～3
- まちづくり懇談会 市民の声をまちづくりに・・・4～5
- 住民税の年金からの引き落としが始まります・・・6～7



## いざ舞台へ。

地域の伝統文化を継承し、公演を続ける  
柵津子ども歌舞伎クラブ。1年間の練習  
の集大成である晴れの舞台を目前に、化粧  
や衣装を整え役者の顔になっていきました。

# 花岡利夫市長就任1年インタビュー

〜元気に産んで、元気に育てて、元気に年をとっていきましょ〜

昨年4月25日に初登庁し、市政運営をスタートさせた花岡市長。1年が経過した5月1日、『とうみケーブルテレビ(TCT)』と共同でインタビューを行いました。ここでは、その時の内容をお伝えします。

また、この1年間積極的に市民の皆さんの輪の中に入り、笑顔の絶えない花岡市長の各行事、取り組みの様子を写真で振り返ってみたいと思います。



**TCT** 東御市の市政を任せられ、1年が経過しましたが振り返ってみて感想は

**市長** 無我夢中だったというのが自分の中で適切な表現だと思います。民間から市長となり、民の良さと、官の良さが合体できたらと思い、一歩ずつ歩んできました。

この地域でこれからも何百年と生活が続いていく中で、しっかりとバトンをタッチしていきたい自分が出来ること、加味してあげられることを一生懸命やりたいと感じています。

**TCT** 民間から市長となり、壁が厚かったこと、困難だった事とは

**市長** 予算執行に際し、手続きにこんなに時間がかかってしまうものなのかと感じました。民間でお金を使うには、私の決裁ですぐにその場へ使うことができたが、市では、一つを使うのに対しても国や県の制約を受けながら、なお且つこちらでも決裁し、議会にお諮りをして初めて執行になる、そして点検をしていくという事務を繰り返します。無駄ではないかと思う事もあります。それを省いてしまうと現実問題執行することがで

きないようになっていて、こんなに厚いのかと感じました。

**TCT** 花岡市長は市民の皆さんの中に積極的に入り、話をする機会を設けているように感じられるが

**市長** いろいろな形の中で、市民の皆さんの意見を聞く機会はとても重要な事だと思っています。市の今の状況や、市民の皆さんが思っていることを一つ一つ丁寧に拾い上げて現状把握に努めること、市のトップとして大局的に物事を見て、今行っている事が何年か先に向けてどの様な効果を果たすのか見据えていくことが必要だと感じています。委員会などには、より時間をとって出かけて行き、あいさつだけでなく、時間の許す限り皆さんの意見を聞き、また、保育園や学校の様子も、直接肌身で感じたいと思っています。

**TCT** 今年度は初めての予算編成から、市政運営に携わっていますが

**市長** 昨年は、組み立てて頂いたものに多少自分の意見を加味しながら執行してきました。





今年度は、実施計画、予算編成から、全てが私の責任で処理されていますので、改めて気が引き締まる思いです。私の公約がどれだけ実現できるのかと、シエイプアップ的な発想でメリハリを付けていきたいと考えています。

重点的に取り組みたいことは

**TCT**

**市長**

美しい持続可能なふるさとづくりに取り組むみたいと考えています。「自分の孫の代まで」という言い方をされますとおり、これを基本に据え、「元気に産んで・元気に育てて・元気に年をとっていきましよう」を、この地域のキーワードにしたいと考えています。今足りないところは、「元気に産む」で、なるべく早く市民病院の院内助産所開設に向かって歩を進めていきたいと思っています。このことで、私が最初にお約束したことが実現できます。

「元気に育てる」に関しては、保育園の建て替えやこれから先もより良い保育園であるための検討と考えています。現在、どのような形が最も望ましいのか役所内で検討させていますので、どのみち建て替えなどを行わなくてはならない場合は、この経済情勢の中で経済活性化のため早めに着手したいと思います。また、より良い保育園づくりには組織の再編にも取り組んでいかななくてはならないと考えています。

**TCT**

**市長**

(保育園再編に関する答えに対し)市民の皆さんにも痛みを伴う場合もありますか  
魅力ある保育園運営を継続して展開していく上では、保育園組織の見直しや園の統廃合に関し、市民の皆さんの同意や理解を得なければいけないと思っています。

例えば、身近な専門機関である身体教育医学研究所のスタッフを派遣し、小さい頃から遊びを通じて体を動かす楽しさを教える、各園に看護師を配置し緊急体制を確立するとした時に、限りある予算や人員の中で、ロスを減らし最大限の効果を得るためには、園児数や園の規模を考えていかななくてはいけないと思います。

**TCT**

**市長**

市民の皆さんは安心・安全のまちづくりを望んでいます。昨年も様々な取り組みをさせていただきましたが、本年度はどのような取り組みをしていきますか

この4月から予算を付け、市内にある5か所の老人福祉施設の協力を得て、24時間体制で電話相談が受けられる窓口を設けました。市内には、お年寄りが救急車を呼んで良いか悪いか悩み、夜が来るのが怖いと言ってらっしゃる方がいます。更に周知し、個々に心配ごとがあつたら相談してほしいと思います。

**TCT**

**市長**

最後に、平成21年度市政運営の抱負を  
大変な経済状況の中、市民の皆さんに一番身近な市が、将来にわたって安心して生活できるような責任を持って取り組んでいきたいと思えます。市民一人ひとりに対して職員が笑顔で接し、生活に対して安心感を抱いていただけるよう努めていきたいと考えています。

**TCT**

ありがとうございました。



# 市民の声をまちづくりのために

## 新たな地域コミュニティ確立を



東御市まちづくり懇談会は、市民の皆さんの市政に対する意見・要望をお聞きするとともに、市が進めようとする主要課題について説明しご理解を頂くことにより、市の活性化を図ることを目的に開催しています。今年は4月16日から23日に、各地区公民館を会場に開催しました。各区や各種団体の役員をはじめ一般市民の皆さんにも広く参加いただき、それぞれの地区で地域のために活発な意見が取り交わされました。ここではその一部を紹介します。

開催日	開催地区	参加者数
4月16日(木)	祢津地区	58名
4月17日(金)	和地区	59名
4月20日(月)	北御牧地区	85名
4月22日(水)	田中地区	50名
4月23日(木)	滋野地区	56名
合計		308名

### 青少年健全育成の 取り組みは

**回答** 「東御市青少年健全育成条例」が制定され、和地区で25台設置されていた有害自動販売機は、指導、調査の実施により11台となりました。

平成20年度には「家庭教育の支援の充実」「見守り活動の充実」を重点に、リーフレットや、市内全小中学校の安心・安全通学路マップの作成、配布をととした地域ぐるみの見守り活動を推進しています。

今年度は、ケータイ・インターネットを介して、青少年が被害者・加害者にならないように、情報モラル教育、メディアリテラシー（メディアアを正しく利用し判断する能力を育てる）教育を重点的に取り組みます。

### 荒廃農地対策は

**回答** 農業農村支援センターが主体となつて、国の「耕作放棄地再生利用緊急対策事業」や、市単独の「遊休農地復旧事業補助金」で、耕作放棄地の解消に係る費用負担を軽減し、農地の有効利用を促進した

いと考えます。また、耕作放棄地を利用して麦、大豆、飼料作物の生産を行う場合は、「水田等有効活用促進交付金」の助成対象にもなります。

### 消防団員確保対策は

**回答** 東御市では、800名の団員定数に対し実員796名とほぼ定数を確保できていますが、団員確保が厳しい状況で、入団を促進するためにご家族の理解が不可欠です。団員の活動しやすい環境整備のため、消防団協力事業所表示制度により、消防団活動への理解と協力をお願いを続けています。

また、女性消防団員12名が消防音楽隊に所属し、演奏活動を通じ火災予防の啓蒙活動を行っています。今後も女性団員の積極的な採用を行い、応急手当の普及活動や、火災予防教育、高齢者宅への防火訪問など、女性ならではのきめ細やかでソフトな対応により、消防団のイメージアップや活性化を図ります。

### 若者の定住促進の施策は

**回答** 若者の定住促進による人口の増を図るため、次の3点に取り組みます。

①市民病院への院内助産所の設置と小児科の充実のほか、小学校6年生まで医療費無料化の拡大により、子どもを安心して産み育てられる環境づくり。②若者の雇用確保のため

の企業誘致。③Uターン、Iターン人口の増加を目指し、恵まれた地域資源を活かした魅力あるまちづくり。このような施策を展開し、3万5千人から4万人が暮らすまちの実現を目指します。

### 地区単位の自治活動・地域づくりを進めるうえで、市の支援は

**回答** 地区単位の自治活動は、地域づくりにおいて重要です。市は「住民と行政の協働のまちづくり」を重点施策として取り組んでいます。

現段階では、地域づくり活動補助金、自治会活動保険加入補助金の交付や、軽トラック・作業機器の貸出等の支援をしています。また、各地区においては、活性化研究会等を中心に活動が活発化しています。今後は、地域組織の在り方を模索していく中で、小学校区単位での地域づくりを目指します。また、ある程度の事業については、予算も含め地域の裁量に任せることも検討していきます。各区に配置している地域づくりサポーター（市職員）を活用し、地域と行政が一緒に考える地域組織を作りたいと考えます。

### 災害時、緊急時の情報発信手段は

**回答** 近年「光ファイバ」による通信サービスの提供が始まり、アナログ回線を利用するオフトーク通信が接続できません。加入率は35%となっており、市が行う災害・緊急時の情報発信手段の再構築が必要になっています。



▲返却されたオフトーク機器

新たな情報発信手段として、FM放送局の開局を検討しており、早急な開局が望ましいと考えます。

しかし、このFM放送局を開局運営するためには行政だけで進めることができず、市民・民間団体の協力が必須です。少しでも早い時期の開局に向け、進めて行きたいと考えます。

### 保育園の改築計画は

**回答** 市立保育園の効率的な組織運営について「保育所のあり方検討懇話会」から次の内容の報告書をいただきました。

①市立保育園については、老朽化により順次建て替えの時期にきてい

ること。②少子化が進んでいる状況から、持続可能な保育園運営のため、園の統廃合を含めた適正規模や適正配置（150人程度）により、合併特例債の活用を図り、早期の施設整備を促進すること。③計画を進めるにあたっては、保護者や地域の皆さんの理解を得ること。

### 市民病院の医師の確保、産婦人科開設の計画は

**回答** 市のホームページ掲載や、大学病院への訪問等により医師の募集を行っていますが、産婦人科医以外新たな医師確保ができていない状況です。引き続き小児科医の確保に努めます。

診療科目は内科・外科・小児科・泌尿器科・婦人科・整形外科・眼科など11科を標榜しています。

4月からは婦人科の診察を毎日行っています。7月頃に産科を標榜し、お産は行いませませんが助産師外来、母乳外来を行う予定です。

### 図書館の移転建築の計画は

**回答** 図書館については、収蔵能力の限界や、館内のスペース不足が深刻な問題となっています。

図書館がある舞台が丘一帯には本庁舎をはじめ、多くの公共施設が集

まっています。それぞれが施設の老朽化、狭あい、分散化、駐車場不足などの問題を抱えており、さらに耐震基準に適合するために施設の補強工事が必要になってきます。このため、舞台が丘一帯の公共施設のあり方の検討を始めました。今年度中に市民参加による委員会を設置し、舞台が丘の施設利用に関する基本構想を作成したいと考えます。

●問い合わせ先

企画課企画調整係 ☎64-5893

## 市職員(薬剤師)を募集します

- 採用人員 1名
- 受験資格 薬剤師の資格を取得している方
- 受付期間 6月22日(月)から30日(火)
- その他、詳細については下記までお問い合わせください。
- 問い合わせ先 総務課総務係 ☎64-5876

平成21年10月より

# 住民税の年金からの 引き落としが始まります。

〈特別徴収制度〉

公的年金受給者の納税の利便性を向上するため、平成21年10月支給の年金から個人住民税の特別徴収が開始されることになりました。

この年金特別徴収が開始されても年間税額の徴収方法が従来と一部変更になるだけで、税負担額が変わるものではありません。

## Q1 どんな制度なの？

現在、年金を受給されており前年度中の年金所得にかかる住民税を納税する義務のある方に、口座振替や納付書で納めていただいている住民税を、年金から引き落としさせていただく制度です。



## Q2 どんな人が対象なの？

4月1日現在65歳以上で年金を受給している方です。

ただし、公的年金の年額が18万円未満の方、介護保険料が年金から引かれていない方、引き落とされる住民税額が老齢基礎年金額等を超える方などは対象になりません。

## Q3 引き落としの対象となる年金は？

厚生年金、共済年金、企業年金などを含むすべての公的年金です。ただし、障害年金及び遺族年金などの非課税の年金は対象になりません。

## Q4 引き落としされる住民税額は？

引き落としされるのは、年金所得の金額から計算した住民税額のみです。農業所得など年金以外の所得から計算した住民税額は従来どおりの納付方法で納めていただくことになります。

## Q5 いつから始まるの？

平成21年10月支給分の年金から引き落としが始まります。

# ■年金特別徴収制度の納付方法

(例) H21年度住民税が60,000円、H22年度住民税も同額の方（年金所得のみ）の場合

### ●平成21年度の納め方

月	納付書で納める（普通徴収）		年金から引き落とし（特別徴収）		
	6月	8月	10月	12月	2月
税 額	1万5千円	1万5千円	1万円	1万円	1万円
算出方法	1/4	1/4	1/6	1/6	1/6

- ・6月、8月に年税額の1/4ずつを、納付書又は口座振替（事前に申出いただいた場合のみ）により納めていただきます。
- ・10月、12月、2月は、年税額の1/6ずつを年金から引き落とします。

### ●平成22年度の納め方

月	年金から引き落とし（特別徴収）					
	4月	6月	8月	10月	12月	2月
税 額	1万円	1万円	1万円	1万円	1万円	1万円
算出方法	前年度2月と同じ額			22年度の年税額の残りの1/3ずつ		

- ・4月、6月、8月は、前年度2月に特別徴収された金額と同額を年金からそれぞれ引き落とします。（仮徴収）
- ・10月、12月、2月は、年税額から4月、6月、8月の税額を差し引いた残りの税額を年金から引き落とします。（本徴収）

**特別徴収制度により住民税の納期が年4回から6回になり、1回あたりの負担額が軽減されます。これは納税方法を変更するものであり、新たな税負担は生じません。対象の方には改めて個別にご通知申し上げます。**

●問い合わせ先 税務課住民税係 ☎64-5877

地域が元気になるためには、市民の健康が不可欠です。市をあげて健康づくりにまい進することを宣言した東御市では、寝たきりにならないための介護予防事業や生活習慣病にならないための保健指導事業に取り組んできました。平成21年度においては、安心して子供を産むための市民病院へ院内助産所の設置や、身体教育医学研究所の研究成果を活用した健康づくり等の新たな取り組みを始めます。今回のシンポジウムでは3つの関係機関があつまり、これらの施策が市民の健康づくりにどのように影響するのかをお話いただきました。

## 健康づくりシンポジウム 「地域で健やかに～産み・育み・老いる～」 4月25日 文化会館サンテラスホール

### 講話①「お産ができるまち」

講師：東御市民病院院内助産所準備室長 こやまひさこ 小山久子さん

市民病院院内助産所は、「お産は病気ではない」ということを踏まえ、お産の原点を振り返り、「古くて新しい助産所」をコンセプトにしています。

助産師が常時寄り添う・産科の常勤医師がいる・家族が過ごすことができる・お産の場所やスタイルを自由に選べる・先輩のお母さん達にお産や育児の相談ができるという5つの安心とやさしさの形を示していきたい。そして、「ここであって良かった」と満足していただけるような場所にすることを目標にしています。



小山久子さん

### 講話②「地域で育む」

講師：一般財団法人身体教育医学研究所 研究部長 おかだ しんぺい 岡田真平さん

体育とは「からだを“育む”こと。年代に応じた働きかけによって、からだは変えていけるものです。一人ひとりが不健康の悪循環に陥らず、健康の好循環になるようなきっかけづくりが重要。一人ひとりの健康は家庭の健康につながり、家庭の健康は地域全体の健康につながる、という好循環の歯車を回していくことが大切です。「楽しみながら、健やかなからだを育む」ことを通した「健康循環社会」を東御市全体でつくっていきましょう。



岡田真平さん

### 講話③「健やかに老いる」

講師：佐久平総合リハビリセンター副理事長 なかむらたかし 中村崇さん

寝たきりにならないためには、転ばないようにすることが大切です。そのためには予防が大切で、いまできることをやりましょう。無理をしない範囲で家事や農作業をしましょう。近所の人とお茶を飲む・趣味の活動を行うなど、楽しい目的を持って外に出ましょう。新しいことを始める、後輩に教わるなど、多くの人に出会い新しい知識を取り入れましょう。無理をしないで楽しみながら生活することが、心身ともに健康に老いていくことにつながります。



中村 崇さん

### パネルディスカッション

座長 むとうよしてる 武藤芳照さん  
(東京大学教育学部長)

パネリスト 花岡市長と講師 3名

市民が人生を楽しみながら健康に老いていける、「健康」「幸福」「自己実現」が満たされる地域づくりが求められています。そして、健康づくりの唯一、最大、最重要の成果とは、地域に根ざした健康づくり活動に関係した全ての人たちが、お互いに感謝し合い、優しい強さ、強い優しさが育まれた地域ができることだと思います。



座長 武藤芳照さん



### ◆東御市保健補導員会委嘱式

保健補導員は、「自分たちの健康は自分たちでつくり守りましょう。」をスローガンに、健康づくりのために地域住民の自主的組織として活動しています。保健補導員のスタートとして、シンポジウムと同日に委嘱式が行われました。

保健補導員が自ら学んだことを、自分自身に、自分の家族にそして地域に広げ、一人ひとりが生涯にわたり健康づくりに関心を持っていただけるよう活動していきたいです。





すべての人が、健やかに、からだを育む

## 身体教育医学研究所 開所10周年 一般財団法人設立

平成11年5月に、旧北御牧村と社会福祉法人みまき福祉会の共同設立により発足した身体教育医学研究所は、身体の総合的研究に取り組み、その成果を情報発信するとともに実践指導することを目的に、各区公民館での健脚度®測定に代表される転倒・介護予防事業、特定保健指導、保育園での運動あそびプログラムなどの活動を展開し、着実に成果をあげてきました。

今後さらに、子どもから高齢者まで皆が元気な「小さくともキラリと光る東御市」づくりに貢献するため研究所は、研究と実践指導だけでなく、健康シンクタンクとして一層の機能の充実を図ることが必要になりました。そこで、健康づくりの一翼を担う独立した機関、一般財団法人として東御市とみまき福祉会が設立者となって定款を定め、評議員15名、理事10名、監事2名、顧問3名、所員8名の体制で平成21年2月2日に法人として登記しました。4月25日には、開所10周年と一般財団法人設立の記念式典・祝賀会が開催され、設立者である花岡市長や久堀周治郎所長のあいさつ、開所以来運営委員長を務めた武藤芳照氏（東京大学教育学部長）に感謝状が贈られるなど節目を祝い、新たな一步を踏み出しました。

市民の皆様には、今後も身体教育医学研究所の活動にご理解とご支援をお願いいたします。



▲久堀所長のあいさつ



▲武藤氏へ花岡市長より感謝状が贈られた



▲愛称提案者畠中さんに賞状が贈られた

### 【法人の概要】

＜名称＞ 一般財団法人身体教育医学研究所 Physical Education and Medicine Research Foundation

＜目的＞ この法人は、身体に関わる様々な事象について、従来の保健・医療・福祉・介護・教育・スポーツ等の諸分野を総合させた調査研究・分析評価・教育啓発活動を行い、「からだを育む」ことを通した全体的な健康づくりと公共政策づくりに寄与することを目的とする。

### 【研究所の愛称】

昨年12月、当研究所の愛称を公募したところ、市内外より73名、96件の応募をいただきました。選考委員会において、呼びやすさ、わかりやすさ、愛称にこめられた意味などの観点から総合的に選考した結果、畠中瑞希さん（東部中）の提案に一部を補作して「shin-tai」と決定いたしました。また、ロゴマークも決定いたしましたのでご紹介いたします。



▲研究所のロゴマーク「shin-tai」(しんたい)

愛称「shin-tai」(しんたい)には、身体、心と体、進化する体、信じる体、新しい体裁、信頼する大切さなど、いろいろな「しんたい」の意味が込められています。ロゴマーク「shin-tai」には、頭文字のsと無限∞の可能性を秘めている身体、また、七転び八起きのダルマをイメージしました。

### 【10周年記念誌】

これまでの10年を振り返る10周年記念誌を発刊しました。ご覧になりたい方は、ぜひ一度研究所に足をお運びください。



# おらほの子ども

## 子どもたちを守るために

ちょっと待って ケータイ  
 ～文部科学省作成啓発DVDより～

これは文

部科学省が  
 作成した啓  
 発DVDで、

ケータイに  
 関わるトラ  
 ブルが4つ  
 のドラマ形式で構成されています。



現在、学校、PTA、育成会などで、このDVDを視聴していますが、見終わった皆さんからは「怖かった」「どうしよう」という感想が聞かれます。大人にとって「携帯電話」は「電話」ですが、子どもたちにとって「携帯電話」は、ネットで遊べる「ケータイ」というツール（道具）なのです。DVDの話の内容を見てみますと――

### 第1話「メールの落とし穴」メール依存

ケータイを買ってもらった小学5年生の美沙が、メールの返信に追われ生活がメールに振り回され、友達関係もギクシャクしていく話。



### 第2話「ケータイに忍び寄る罠」架空請求等

ケータイのゲームに夢中な勇太が、懸賞応募の画面をクリックしたことから架空請求やわいせつなメールが次々と送られてくる話。



### 第3話「プロフの危険な誘惑」出会い系

ケータイにプロフを開設した由紀が、高校生とメル友になり会いに行くが、実際に現れたのは、高校生ではなく大人の男の人だった話。



### 第4話「学校裏サイトの闇」学校裏サイト

学校裏サイトで、英雄がクラスメートの悪口を書き込んだことをきっかけにネットいじめが始まり、被害者の子が不登校になった話。



これらは、ドラマの中だけの話ではありません。全国的に増加している現象で、都会の子どもたちだけでなく、身近な子どもたちにも忍び寄っている危険なのです。

### ＜08年中の少年少女の被害増加！＞

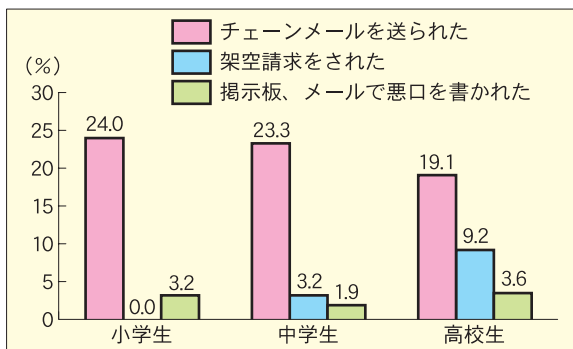
「出会い系サイト」での被害は768人、プロフィールを通じた「一般サイト」での被害は792人です。（警察庁発表）

出会い系サイトではなく一般のサイトだからと、安易に個人情報を書き込む少女たちを標的に、大人の男性が書き込みに入り込み、事件に発展した事例が多いです。

### ＜ケータイ・ネットのトラブル増加！＞

事件まで発展しない場合でも、ケータイ・ネットの利用に関わり「嫌な思い」をしたという児童生徒は県内にも多くいます。

携帯電話を所持している児童・生徒の中で、携帯電話・メールで嫌な思いをしたことがあるかの問い（複数回答）



データ…

長野県教育委員会  
 教学指導課

心の支援室資料  
 平成20年10月調査

# 地域で育てよう

## ケータイ・ネットから

### 青少年インターネット利用環境整備法

平成21年4月1日から施行

子どもたちを有害情報から守るために「青少年が安全に安心してインターネットを利用できる環境の整備に関する法律」が施行されました。

#### この法律の目的

- ① 青少年にインターネットを適切に活用する能力を習得させる
- ② フィルタリングの普及促進などにより青少年の有害情報の閲覧機会を最小化する
- ③ 民間関係者の自主的・主体的な取組を政府が支援する

◆ インターネット関係事業者に義務などを課すとともに、保護者や、インターネットの利用者全員で子どもたちを有害情報から守る取組を求めます。

#### 関係者の責務

子どもたちを有害情報から守るため、社会におけるそれぞれの立場で果たさなければならぬ責任は次のとおりです。

#### ● 事業者は

18歳未満の子どもが携帯電話等でインターネットを利用

する場合には、フィルタリングを提供する

#### ● サーバー管理者は

有害な情報を子どもが閲覧できないような措置をとる

#### ● 保護者は

1、インターネット上には有害情報が多く流通し、売春、犯罪の被害、いじめ等の様々な問題が生じていることに留意する

2、青少年の発達段階に応じて、インターネットの利用の状況を把握するとともに、フィルタリングの利用その他の方法によりその利用を適切に管理する

3、青少年のインターネットを適切に活用する能力の習得を促す



#### フィルタリングさえしていれば安全!?

フィルタリングをすり抜ける有害情報も多くあります。大切なことは、さまざまな危険性について親子でよく学習し、ネット上やメールの情報に左右されない、ネットリテラシーを身につけることです。

#### ※ ネットリテラシー

インターネットの情報を正しく読み解き活用する力



#### 子どもを守れるのは大人です!



ネットリテラシーを高めるために、市では家庭・学校と連携を取りながら取り組んでいきます。研修会等の計画もありますのでご参加ください。啓発DVDの貸し出しや、啓発DVDを用いた出前講座も出ますのでお問い合わせください。

#### ● 問い合わせ先

生涯学習課青少年係  
☎ 64-5885

#### ■ 講演会のお知らせ

6月10日(水)午後7時~9時  
青少年育成市民会議研修会  
ネットリテラシー講演会  
講師 長野大学企業情報学部  
高橋 進教授  
和田 勉教授

会場 中央公民館  
どなたでも聴講できます。  
ぜひ、お出かけください。

# 東御市農業委員会だより

平成20年度の主な取り組み

農業委員会では、農地法等の法令に基づく農地の権利調整や農業経営の合理化など農業振興についての施策を進め、農業・農業者に関する様々な意見・要望を集約し、市長へ建議（意見を申し述べる）を行うほか、市長からの諮問に応じて答申するなど、農業や農業者に関するすべての事項について取り組み、地域農業の振興に大きな役割を担っています。ここでは平成20年度の農業委員会に関する主な活動を報告します。

## ○農地相談会を開催しました。平成20年9月29日～10月1日（3日間）

（主催：東御市農業農村支援センター 共催：農業委員会・JA信州うえだ・JA佐久浅間）

相談会結果（H20.12月末現在）



	件数	筆数	面積（㎡）
相談のあった農地	32	53	84,589
※農用地利用権設定がされた農地	12	17	34,085
未契約	20	36	50,504

上記以外にも、農業委員が仲介に入り、加沢地区で相談のあった荒廃農地約3haについて東御市内の農業者へ※農用地利用権設定ができました。

### ※農用地利用権設定とは

農地の貸し借りについて、農業経営基盤強化法に基づき、市町村が農業委員会の決定を経て農用地利用集積計画を作成し、公告して、貸し手と借り手とで契約を結ぶものです。

このように農地の利用権設定をする場合は、農地法の許可を受けずに農地の賃貸借契約が可能となり、これにより契約した農地は契約期間満了とともに、賃貸借関係が終了し、貸し手に農地が返還されることとなっていますので、貸し手にとって安心して貸し付けることができます。

なお、利用権設定をするにあたっては借り手側に条件がありますのでご注意ください。

## ○農地パトロールを実施しました。平成20年8月～10月

地区毎に農地パトロールを実施しました。農地内の廃車の放置や荒廃農地の増大などを確認し、その解消に向けた対応を検討しました。荒廃農地については、地主に農地の整備を依頼し、実施していただきました。



○問い合わせ先 農林課農政係 ☎64-5894 農業委員会事務局 ☎64-0535



## ☆生き生き農家☆ ～新規就農者編～

野中 剛さん(39歳)  
みゆきさん(34歳)  
ゆうきちゃん(2歳)

平成16年に約10年間勤めていた会社を辞め、Iターン就農者として東御市に移住して参りました。農業に関して全くの素人だった私達ですが、たくさんの方々に支えて頂き今年で6年目を迎えることができました。現在は約80aの果樹園をお借りして、主に夫婦2人で巨峰を中心に栽培しております。数年後にはシャインマスカットやナガノパールなどの新しい品種も収穫できるよう、苗木を育てている真最中です。

昨年の春から新張地区の一軒家をお借りして、家族3人で引っ越してきました。地元知り合いも無くとも不安でしたが、地区の皆さんがとても親切に迎えてくださってホッとしています。季節ごとに新鮮なお野菜を分けて頂いたり、子どもとの散歩中に声を掛けて頂いたり、都会には無い温かさが気に入っています。自然を相手にする農業に悪戦苦闘の日ですが、お日様の下で働く爽快感や、収穫時の喜びは格別です。日が暮れたら作業終了！というシンプルな日々は、家族とゆつくり過ごす時間と気持ちの余裕を与えてくれます。

果樹栽培の事以外にも、農家の事、環境の事、まだまだ勉強すべき事はたくさんあります。5年前に「どうなるか分からないけどやってみよう！」と一大決心した初心を忘れない、これから家族みんな協力して、明るく楽しく農業に携わっていきたいと思います。

# 暴走族追放運動のお知らせ

〔市民課生活環境係 ☎64-5896〕

『さわやか信州に暴走族はいらない!』をキャッチフレーズに、地域ぐるみで暴走族の追放にご協力ください。長野県暴走族追放県民会議に、東御市ほか市内事業所などが参加しています。家庭、学校、職場、地域など関係機関の連携により暴走族への加入を阻止しましょう!

**暴走族追放強化期間：6月1日(月)～7月31日(金)**

**スローガン：暴走をしない させない 見に行かない**

## ★加入の防止

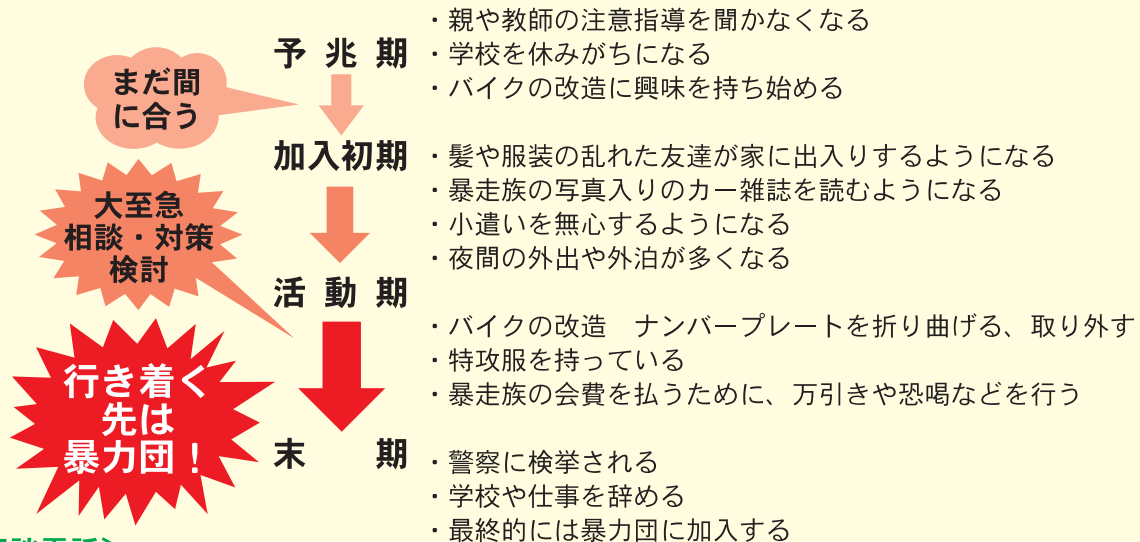
### 家庭では

- 暴走行為を行うこと、見物に行くことがないように注意しましょう
- バイクや車を暴走行為が目的で購入することや、不正な改造をさせないようにしましょう
- 日ごろの言動や購読する雑誌へ注意を向けましょう
- 子の夜間外出・友人関係などに注意を向けましょう

### 地域では

- 地域ぐるみの「愛の声かけ運動」を推進しましょう
- 暴走族追放運動の気運を高めましょう
- 暴走族や改造車両を見た際は、警察へ通報しましょう
- 大型店やコンビニの駐車場がたまり場にならないよう注意し、管理者への協力を要請しましょう
- 巡回パトロールを実施しましょう

## \*\* 暴走族加入の予兆から末期まで \*\*



## ＜相談電話＞

【長野県暴走族追放県民会議】(長野県企画部生活文化課内) ☎026-235-7174 FAX026-234-6579 E-メールseibun@pref.nagano.jp

【長野県警察本部交通指導課】☎026-233-0110 【上田警察署交通課】☎22-0110 【望月警察署交通課】☎0267-53-0110

【暴走族に関する問い合わせ先】

暴走族の取締り……長野県暴走族総合対策本部 ☎026-233-0110

不正改造に関する情報・相談・問い合わせ……国土交通省北陸信越運輸局長野運輸支局 ☎026-243-5525

暴走族から抜きたい・抜けさせたい……ヤングテレフォン(少年に関する悩みごとの相談) 平日8:30～17:15

○県警察本部少年課 ☎・FAX 026-232-4970 ○上田警察署 ☎・FAX 23-0783

○(財)長野県暴力追放県民センター ☎026-235-2140



▲関恵教育委員長

また、教育委員長職務代理者には、藻谷ゆかり委員(芸術むら)が指名されました。

5月19日、前荻原俊子委員の任期満了に伴い、新しい教育委員に関恵さん(加沢)が任命されました。任命式終了後に行われた臨時教育委員会において、関さんが教育委員長に選出されました。

関委員長は、神奈川県で教員として永年活躍され、このたび故郷である東御市へ戻られたところで任命となりました。就任に際し「子どもたちがたくさんの夢を地域に発信し、大人たちが実現していく環境づくりをしたい」と話していました。

## 新教育委員長選出



# すくすく育つとうみっ子!!

## 誕生日おめでとう! (6月生まれ)



こすだ しょうたろう  
小須田 翔太郎くん(県)

(1歳、H20. 6. 2生)  
翔ちゃん1歳のお誕生日おめでとう!!  
たくさん食べて、たくさん遊んで、たくさん寝て、健やかに育ってね。これから  
もパパとママと3人でいろんな所に行っ  
て楽しもうね。



みやさか あき  
宮坂 明希ちゃん(本海野)

(1歳、H20. 6. 5生)  
お誕生日おめでとう♥“いないいない  
ばあー”がとっても大好きな明希ちゃん。  
たくさん食べて、笑って、元気に育っ  
てね!



おぎはら さう  
荻原 紗羽ちゃん(睦)

(1歳、H20. 6. 6生)  
紗羽たん、1歳のお誕生日おめでとう  
♥最近わがままですごく甘えんぼうに  
なってきたね★よく泣きよく笑い元気に  
育ってね(^\_^)



かくた たつき  
角田 龍くん(田中)

(1歳、H20. 6. 9生)  
もう1歳だね♥みんなを幸せにしてく  
れるたっちゃん(天使)だよ(\*^\_^)  
元気一杯で大きくなってね♥



ばば あきえ  
馬場 明葵恵ちゃん(常田)

(1歳、H20. 6. 21生)  
あきえ、1歳おめでとう。甘えん坊の  
あきえ。食べることに目がないあきえ。  
これからもあきえのニコニコ笑顔でみん  
なを癒してね♥♥♥



やました かなえ  
山下 夏苗ちゃん(柵津南)

(2歳、H19. 6. 15生)  
2歳のお誕生日おめでとう♥はずかし  
がりやだったけど、少しずつ人に話しか  
けられるようになって嬉しいよ!

### ☆募集しまおう!!☆ (対象者 7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、6月15日(月)必着。

## たくさんのお出会いと元気な声 第6回子どもフェスティバル

5月9日、第6回子どもフェスティバルが東御中央公園芝生広場で行われました。快晴の空の下、たくさんのお親子連れでにぎわいました。オープニングを飾る和小学校管楽器部の演奏が行われた後、会場一帯に設けられた各育成団体の皆さんが用意した様々なコーナーを元気に回る子どもたちは、大人たちの指導を真剣に聞き、竹笛や洗濯のりの「スライム」づくりなどを体験していました。普段の休日とは違った遊びや体験に夢中になり、たくさんのお地域の皆さんとお会い、ふれあうことができた1日になりました。



▲当たれ! ディスクターゲット

### 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)

#### ひじきが入っためずらしい味噌汁 ひじき入り味噌汁

- 材料 (6人分) 65kcal/1人前
- 煮干し .....30グラム
- 水 .....1150cc
- 味噌 .....大さじ3 (54グラム)
- 長ひじき(乾) .....30グラム

- にんじん .....120グラム
- いんげん(季節の野菜) .....150グラム
- 油揚げ .....1枚半(30グラム)

- 作り方
- ①煮干しでだしを取る。  
【だしの取り方】出来上がり量1050cc  
・煮干しの頭とはらわたを取り、裂いてかぶるくらいの水に浸け、一晩置く。(夏場は冷蔵庫へ)必要な分量に蒸発分(200cc)を足し、あくを取りながら煮立てないように5~10分加熱し、こす。
- ②季節の野菜、にんじんは小さめの乱

- 切りにする。油揚げは油抜きし、千切りにする。
- ③長ひじきは戻して3cmに切っておく。
- ④だしににんじんを入れ、火が通ったら他の材料を入れて煮る。味噌を溶き入れひと煮立ちさせ盛り付ける。



## 東部柔道教室 全国大会でベスト16

### 「全国少年柔道大会」団体戦

5月5日、第29回全国少年柔道大会団体戦（東京都・講道館）に東部柔道教室が出場しました。昨年の初出場に引き続き2年連続で県代表として参加した5名は、見事にベスト16という好成績を収めました。

全国より各県大会を勝ち抜いた強豪4チームが参加。参加選手の平均体重は54・7kg、東部柔道教室は36・0kgと参加チーム中で最軽量チームでした。小学生の柔道で体格差は圧倒的に勝敗を左右するといわれる中で、昨年参加経験のある上原さんの1本勝ちや、今大会最重量選手（110kg・体重差66kg）と対戦した小林さんも一歩も引かず引き分けとなるなど落ち着いた試合運びに影響され、他の選手も積極的に技を掛けにいくことができました。初戦の鳥取県のチームに勝利し、念願であった初戦突破を果たしました。続く2回戦では、宮城県のチームと対戦。大将戦まで全て引き分け、代表戦となり小林さんが僅差判定で勝利し、準々決勝では昨年優勝の神奈川

県のチームに挑戦することになりました。この試合も5名が全力を尽くし健闘しましたが敗退。結果、この神奈川県チームが大会2連覇という結果となりました。

全国大会を前にした4月23日、市役所を訪れ花岡市長に出場報告した選手たちは、「昨年の悔しさをバネに悔いの残らないよう積極的な試合をしたい。」と決意を語っていました。また、監督の上原隆幸さんは「歴史ある大会、全国の大舞台で、緊張もあつたと思うが個々の実力を出し切ってくれた。教室生全員、柔道が好きで、日々の稽古の成果がでた。あいさつ、礼儀そしてチームワークは参加チームで一番だったと思う。」と好成績を振り返っていました。



〈東部柔道教室他大会の結果〉  
第33回柔道まつり大会

- 5月3日 東京都・講道館
- 小学6年生女子軽量級の部  
優勝 上原万智子(田中小6年)
- 準優勝 田中 愛(和小6年)
- 小学1年生男子軽量級の部  
第3位 北原龍司(東部中1年)
- 中学1年生男子重量級の部  
第3位 鷹野 仁(東部中1年)

### 第18回東信柔道整復師会杯 少年柔道大会

- 5月10日上田市民体育館柔道場
- 高学年の部 優勝(大会5連覇)
- 先鋒 荻原 杏慈(滋野小4年)
- 次鋒 林 大介(和小5年)
- 中堅 友野 葵(称津小5年)
- 副将 上原万智子(田中小6年)
- 大将 小林 耀平(称津小6年)
- ※県大会出場(7月5日、松本市)
- 低学年の部 第3位
- 先鋒 唯野 己哲(称津小2年)
- 次鋒 荻原 杏菜(滋野小2年)
- 中堅 土屋 朋未(称津小3年)
- 副将 斎藤 瑞希(称津小3年)
- 大将 榎原 紳太(称津小3年)

(敬称略)

## 出口武志さん、 区間新記録の快走!

### 長野県市町村対抗駅競争伝大会

5月10日、第19回長野県市町村対抗駅競争伝大会及び5回長野県市町村対抗小学生駅伝競走大会が行なわれ、東御市の代表選手が五月晴れの下、松本市内を駆け抜けました。

3年連続で1区を走った出口武志さんが、区間新記録で区間2位と快走し、総合26位と昨年順位44位を大きく上回りました。

総監督の市川広徳さんは、「出口君が素晴らしい走りをしてくれました。他の選手も粘り強くタスキをつないでくれて、総合26位という好成績を収めることができた。小学生たちも力いっぱい走ってくれて今後が楽しみ。ご協力いただいたご家族の皆さんに感謝し、来年に向けてまた頑張っていきたい。」と話していました。

- 出場選手(敬称略)
- 一般(26位/58チーム)
- 1区 出口 武志(東部中3年)
- 2区 白倉 由美(北御牧中3年)



▲区間新記録の出口さん

# 元気発信！子育て施設 御牧原保育園の話題

御牧原保育園は、今年度、園児17名の極めて小さい規模の保育園となりました。3歳以上児13名は、一クラスで混合保育を行っています。

園庭からは浅間山や蓼科山、北アルプス連峰が見渡せとても景色がよく、広い園庭に恵まれた園舎では、子ども達が思いきり体を動かし、伸び伸びと楽しく保育園での生活を送っています。

また毎日のように、御牧原台地の白土馬鈴薯やブロッコリー・とうもろこし畑、牛や鶏などを見学に、いろいろなお散歩に行つて楽しんでいきます。

絶好の口ケージョンの中、四季折々の自然を満喫し、園児みんなで散歩に出かけ田畑の見学や地域の営みを肌で感じながら、御牧原保育園の子どもたちは今日も元気いっぱいです。

最後に、お散歩のお勧めの場所「菖蒲



▲みんな大好きな菖蒲沢公園

沢公園」を紹介します。ここは、新幹線残土埋め立てによつてできた菖蒲沢団地の中にある公園です。別名「ほたるの里」と言われ、菖蒲の花が咲き、ほたるが飛び交う素敵な公園です。また公園内には、健康増進のために設置された運動器具が置いてあるほか、すべり台やブランコもあり、幼児からお年寄りまで集まる場所になっています。園児達もお散歩で何回も足を運んでいる大好きな場所です。是非お出かけください。

# 学校だより



## ぼくたちの和小学校

和小学校6年(児童会長)

坂口 大勢

ぼくたちが通う和小学校は、明治十二年十月に開校し、今年百三十周年を迎える歴史ある学校です。ぼくの二人のその祖父は明治・大正時代に通っていました。校舎の隣に

## 新入生代表のことば (入学式)

東部中学校1年

滝澤彩也夏

六年間の小学校生活も終わり、私たち新入生は、中学生としての新しいスタートを今、切りました。小学校生活では、多くの友達と様々な行事や、児童会、クラブ活動などを通じてたくさん楽しい思い出ができました。

私が特に心に残っている事は、田中小学校初の吹奏楽部全国大会出場です。厳しい先

は、和記念館(旧和学校校舎)があり、現在長野県宝に指定されています。

今年の和小学校児童会では、新しく児童会目標を作りまし。それは「きまりを守り、楽しく過ごせる学校」です。

なぜこの目標にしたかという理由は二つあります。

一つ目は、最近チャイムが鳴っていても校庭で遊んだり、廊下を走ったりする人がいるので、自分たちの問題として解決したいと思つたからです。

二つ目は、全校が楽しく過ごすことで、今までよりも

生の指導のもとで仲間と共に一つの音楽を作り上げる楽しさ、素晴らしい体験できました。

私は吹奏楽が大好きで、夢中になってやっていました。だから、中学生になっても、自分が一番夢中になれるものを探したいです。そして、卒業するときに、一つでも多くの経験をしたいです。

出が残るよう過ごしたいです。もう一つ、私は友達を大切にしたいです。友達がいると、支えてもらえたり、はげまし、応援してもらえたりする事ができます。友達が困っている

と仲良くなれると思うからです。そのために、仲良しタイムを考えています。一委員会で一ブースずつイベントを作り、兄弟学級の友達と、入場に使うベルマークを持って各ブースを回る計画です。違う学年の人と一緒に楽しみながら、全校が仲良くなれるといいなあと思っています。

ときは、私も友達を助けてあげたいと思います。

これから、勉強や、部活動などで、毎日大変だと思います。不安もたくさんありますが、これからの三年間に希望を持って、明るく、元気よく、がんばりたいです。先生方、先ばい方、そしてお家のみなさん、これからの三年間は、いろいろな面で、たくさん、たくさん、お世話になります。大きく成長できるように、ご指導よろしく願います。



# 図書館へ行こう!

東御市立図書館 ☎64-5886

## 6月のテーマブック

【おとうさん、

おかあさん】

やさしい「おかあさん」。おしごとがんばる「おとうさん」。いつもありがとう…

● パパいっぱいだっこして!

長谷川知子…作・絵  
PHP研究所  
\*品切れ。重版未定



● たろうとつばき

渡辺有一…作・絵  
ポプラ社



## ◆新着本案内◆

◆一般書

● 疑心………今野 敏・著  
● アンデスの奇蹟―南米アンデスの高山に墜落した旅客機生還者みずから語る72日間の真実―  
……ナンド・パラード・著

● ワルキューレ  
―ヒトラー暗殺の二日間―  
……ステイ・ダレヤー・著

● 九重の雲  
―關将桐野利秋―  
……東郷 隆・著

● アンダードッグ………海野 碧・著

◆児童書  
● おぼけのジョージでじなをする  
……ロバート・ブライト・著

● 赤毛のゾラ 上・下  
……クルト・ヘルト・著

● すやすやタヌキがねていたら  
……渡辺 有一・著

● 山からの伝言………最上 一平・著  
● ぎょうれつのできるすうぶやさん  
……ふくざわ ゆみこ・著

## ◆行事予定◆

おはなしたまごによる  
6月のおはなしども会

● 日時 6月20日(土) 午前10時30分  
● 場所 市立図書館2階読書会室

● 内容  
パネルシアター「パンクがえる」  
絵本の読み「かえるとカレー」  
「ゆかいなかえる」ほか

● 大型絵本  
語り 「びよん」  
「大工と鬼六」  
「ジャンプがえる」

● 6月8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

## 図書館だより

本が泣いています

図書館の本の貸し出しは、個人の皆さんへの個人貸し出しと、学校・保育園・読み聞かせボランティア団体等の皆さんへの団体貸し出しを行っています。最近、返却されました本の一部に、書き込みやページの切り取り、飲食による汚れなどが多く見受けられ、利用できない資料が増加しています。

本は、時には優しく、時には心強く私たちを励ましてくれます。そんな図書館の資料の一冊一冊は、皆さんの大切な財産の一つです。

誰もが気持よく利用できるように、丁寧に扱っていただければと思います。皆さんのご理解とご協力をお願いします。



▲本が泣いています

## 図書館発

### オススメの一冊

● ベルおばさんが消えた朝

ルース・ホワイト…作  
光野多恵子…訳  
徳間書店

失踪したベルおばさんの息子で、少女・ジプシーのいとこウッドローは、ふしぎな魅力をもつ男の子。彼は何か秘密を胸に抱いているよう……。アメリカの山間の町を舞台に、ミステリアスな展開で少女の心の成長を描いた物語。



● おとうさんはしょうぼうし

平田 昌広…作  
鈴木まもる…絵  
佼成出版社

ぼくのとうさんは消防士。火事はいつ起こるかわからないから、ぼくが休みの日だからって、いつも一緒に休めるわけじゃない。さびしいなって思うときもあるけれど…。両親のすがたを通して「仕事」を紹介する絵本。



## 6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	29	30				

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

(61)

人権同和教育指導員  
土屋 文彦

振り込め詐欺に思う



最近のニュースでよく出てくるものに振り込め詐欺があります。ニュースを聞くたびに社会的弱者の立場になってお年寄りをあの手この手でだますとはひどいことだと思いません。振り込め詐欺がなぜこんなに頻繁に起きるのか不思議に思っています。少し前にNHKのドキュメンタリーで振り込め詐欺取材した番組を見ることがありました。

そこで驚くべき事実を知ることになりました。それは振り込め詐欺を行っているのは20代、30代の若者が多いということです。しかもこの若者たちは生活に困っている者だけではなく、大学生や、遊ぶ金目当ての者が行っているとのことでした。記者が若者に「このように弱い立場のものを標的にしてだまされた人は生活できなくなり途方にくれているが、良心がとがめないか。」とたずねると、「これは仕事のようなものでだまされる人が悪いのだから仕方がない。」という答えでした。この答えには恐ろしさを感じました。肉親の窮地を救おうとする人間として一番大切な思いを逆手にとって弱い立場の老人の生活を奪つても悪いと思わないような若者がかなりいるのです。

どうしてこんなことになってしまったのか。今や百年に一度の不景気で多くの若者が失業して困っている現実はあるにせよ、生活に困っていない者が弱い立場の善良な人を金目当てに欺くことは本当に許せません。このようなことは人間として一番やってはいけないことです。

なぜこのようなことが平気で出来るのか。人と人との深い関わりや信頼関係が無くても、お金があれば衣食住には不便なく生活できる環境が原因なのか。それとも人の悲しむ現実の姿を見たことがなく、自分自身も悲しい思いをした時に他の人から支えられた経験が無いことが原因なのか。さらに考えると、信頼が生きる上で最も重要なものとはせず、悪いことでもわからなければよいとする社会的風潮が原因なのか。原因は色々あり様々な要因が絡み合っているとありますが、まずはこの様な事件が1件でも少なくなるよう、社会全体で一層力を入れていかなければいけないと思います。そしてことあるごとに、この事件が持っている非人間性と罪悪性を皆で考えなければ、心の荒廃が進み社会的影響が非常に大きくなるのではないのでしょうか。

## 「悪質商法からお財布を守る」

# 敷金の返還トラブル

敷金とは

借り主の賃料の滞納や不注意による物件の損傷・破損に対する修復費用を補償するため、借り主が貸主に預け入れるお金で、滞納賃料や不注意による破損などが無い限り返還されるものです。

### 借り主の原状回復義務

国土交通省の「原状回復をめぐるトラブルとガイドライン」は、「原状回復とは借り主の故意・過失、善良なる管理者としての義務違反、その他通常の使用とは言えないような使用による損耗・毀損を復旧すること」と定義し、その費用は借り主負担としています。いわゆる経年変化、通常の使用による損耗等の修繕費用は賃料に含まれるものであり、原状回復とは借り主が借りた当時のままの状態に戻すことではないことを明確にしました。また、借り主に修繕義務がある場合でも、建物の設備等の経過年数を考慮し、年数が多いほど負担割合を減少させることとするのが適当であるとし、耐用年数が6年の壁紙、じゅうたんなどは、6年目以降原則残存価値を10%としました。ただし、フローリングなどの部分補修、ふすま、障子、畳表については、経過年数は考慮されません。

### 特約のある場合

退去時に敷金2カ月を償却するという特約や、通常の損耗による修繕費用まで借り主に負担させる特約は、契約締結に当たっての情報力及び交渉力に劣る借り主の利益を一方的に害するもので、消費者契約法第10条により無効であるとの裁判所の

判決があります。

### 「トラブルを避けるために」

- ・ 契約前に、契約書の退去予告、原状回復の範囲と内容、特約、禁止事項などを確認すること
- ・ 分からないことは、説明を求めること
- ・ 一方的に不利な条件がある場合は、交渉の余地があれば交渉し、余地がなければ断って、条件に合う他の物件を探すこと
- ・ 入居時には、物件状況確認リストなどにより汚れや傷みを記録し、写真を撮っておきましょう
- ・ 入退去の立会時には、貸主、管理会社と一緒に物件の確認をするようにしましょう

### 【解決しない場合は】

- ・ 修理明細をもとに管理会社や貸主と話し合いをすることが解決の早道ですが、解決しない場合は、内容証明郵便で貸主に返還請求をした上で、貸主の居住地を管轄する簡易裁判所の少額訴訟を利用する方法もあります。(裁判所のホームページ中「敷金返還訴訟申し立て書」をダウンロードしてください。)
- ・ (国民生活センター発行「くらしの豆知識08」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

〈消費生活センター〉  
上田消費生活センター ☎27-8517  
〈市役所〉  
市民課 生活環境係 ☎64-5896

# こんにちはは保健師です



つちや さちこ 保健師

4月より健康保健課健康増進係で、市民の皆さまの健康づくりのお手伝いをさせていただきます。今回は、健康増進係の仕事の一部に自己紹介を交えてご紹介いたします。

<p><b>かうだも大事 おかねも大事</b></p>	<p><b>「けんしん」 始まりました!</b></p>	<p><b>私、アラフォー 世代の新人です!</b></p>
<p>どうして 特定健診って いうの?</p> <p>腹囲測って 血液検査… あまり変わらないよな……</p>	<p>各区の保健補導員さんのご協力により 健診申込書の配布と回収をお願いしたところ</p> <p>こんにちはー 保健補導員ですー</p> <p>3月</p>	<p>今日は赤ちゃん訪問</p> <p>御牧原から見る 山の景色は素晴らしい (北御牧地区担当です)</p>
<p>生活習慣病に着目した 特定の健診です。 生活のちょっとした工夫で予防できるんです</p> <p>食事 運動</p>	<p>昨年とくらべ 2000人も多くの方が申し込んで下さいました</p> <p>保健補導員さんの熱意はスゴイ!</p>	<p>この頃笑うようになったんです</p> <p>その気持ちわすれないでね</p>
<p>医療保険ごとに健診受診率などによっては、医療費の値上がりも…</p> <p>それは大変! 家計直撃!</p>	<p>5月から特定健診始まっています。</p> <p>40歳以上の方は「受診券」が必要です!</p>	<p>もしもし… 〇〇児童館です 娘さんケガしました</p> <p>夕方……</p>
<p>市民のみなさん、<b>健診</b>を受けて <b>体</b>も<b>金</b>も大事に しましょう!</p>	<p>申し込みを忘れた方へ <b>これからでも申し込み可能です</b> 健康増進係へ問い合わせてください</p> <p><b>☎ 64-8883</b></p>	<p>子育て中で ハブニングもあり……</p> <p>帰宅後は大忙し! 専業主婦の悩みも!</p> <p>お迎え ごはん おフロ 職場のみなさん、家族の協力のおかげで 日々を過ごしています</p> <p>感謝</p>

●東御市の特定健診では、今後8人に1人いるといわれる慢性腎臓病(進行すると人工透析)にも着目していきます。「ココが東御市の特定健診のスゴイところですよ」

●健康増進係には、事務職のほか、健康運動指導士・管理栄養士・保健師などがいます。気になる体のこと、気軽に相談ください。一緒に考えていきましょう。

☎ 64-8883

## 研究所の「なごり耳づいな話」⑮

### 身体教育医学研究所

#### メタボを脱する ための減量目標値

メタボリックシンドロームは、誰もが意識をしている健康課題の一つだと思います。このたび、日本人女性を対象として、メタボリックシンドローム改善のための具体的な減量目標値を示唆する研究成果が筑波大学から発表されたので紹介します(Nakatara 2009)。

これまでは肥満に関係する症状の改善に「5〜10%の減量」が目標値として示されていましたが、その数値が妥当かどうか、3ヶ月間の減量プログラムに参加した女性309名(24〜67歳)を対象に分析したものです。腹部肥満、脂質異常、高血圧、高血糖のうち1つ以上を満たしている対象者が、3ヶ月後に少なくとも1つの項目で標準範囲内に改善するにはどれくらいの減量が必要かを調べたところ、

- 8・1%未満減量した人の44・1%が改善したのに対して、
- 8・1%以上減量した人では

80・9%に改善が見られました。また腹部肥満については、13・0%未満減量した人の43・0%が改善したのに対して、79・3%に改善が見られました。こうしたことから、メタボリックシンドロームの改善には「5〜10%の減量」よりも「8〜13%の減量」が望ましいのではないかとこの見解が示されました。これは、例えば70kgの肥満の方の場合、8%⇨5・6kg、13%⇨9・1kgで1ヶ月あたり約2〜3kgとなかなか大変な目標です。理想の目安としては重要ですが、短期決戦ではなく、気長にじっくり継続して減量に取り組むことも大切ではないでしょうか?



# 国民年金アドバイス

## 付加保険料を納付して年金を増やしませんか

### 「付加保険料」とは

老後により多くの年金を受けたいと考えている方のために、付加年金制度があります。

これは、毎月の国民年金保険料（平成21年度は14,660円）に、付加保険料を上乗せして納付すると、付加年金が老齢基礎年金に上乗せして支給されるしくみです。

付加年金のほかにも、年金の上乗せを考えている国民年金の第1号被保険者の方のための公的な年金制度として、国民年金基金・個人型確定拠出年金・農業者年金の制度があります。

### 納付する付加保険料の額

付加保険料の額は**1か月400円**です。

### 付加保険料を納付できる方

国民年金の第1号被保険者または任意加入被保険者の方です。

ただし、国民年金保険料の免除または納付猶予を受けている方や国民年金基金に加入している方は、付加保険料を納めることはできません。

一方、農業者年金の加入者は、必ず付加保険料を納付することになっています。

### 受け取れる付加年金額は？

付加年金額は次のように計算されます。

**年金額＝200円×付加保険料納付月数**

（65歳から老齢基礎年金を受給する場合）

保険料400円に対して年金額は200円ですから、65歳から年金を受け取るとして、2年間で納付した付加保険料と同額の付加年金を受け取ることができる計算になります。

なお、付加年金は老齢基礎年金の受給権を得た月の翌月から支給されます。老齢基礎年金を65歳より繰上げ受給、または66歳より後に繰下げ受給する場合には、付加年金額も老齢基礎年金の減額率・増額率に応じて減額・増額されます。

付加保険料の納付について、詳しくは下記まで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

市役所市民課国保年金係 ☎62-1111（内線1231）

# まるごと生活百科

## 6月の納税（納期限 6月30日）

- 市県民税（普通徴収）（1期）
- 国民健康保険税（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4月の出動件数＝

火災 5件（12件） 救急79件（329件）



## 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

## ■おわびと訂正

5月号18ページ「消防団任命式」の記事で、本部役員の方々の変更はありませんとお伝えしましたが、本年度より【本部長：田中基継さん】に変更になりました。おわびして訂正いたします。

## 市内交通事故統計 4月分



4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	11(60)	1(1)	12(61)	-5(-1)
傷者	15(74)	1(1)	16(75)	-5(-5)
死者	0(0)	1(1)	1(1)	+1(±0)

## とうみの気象記録（東御消防署調べ）

	平成21年4月	平成20年4月
最高気温	27.4℃（10日）	28.7℃（30日）
最低気温	-3.5℃（3日）	-1.4℃（4日）
平均気温	10.8℃	10.6℃
平均湿度	52.4%	68.1%
降水量	44.5mm	86.5mm

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。

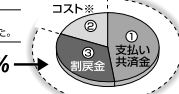
③ 剰余金は割り戻し

剰余金は剰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割強が共済金と剰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19年度、すべての共済事業の合計）  
※（異業種連帯共済・事業費など）

掛金還元率…82.08%  
この部分を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  
共済元金団体 / 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」聞いてなるほど! 毎週日曜日18時～19時55分放送  
口座振替取扱金融機関 八十二銀行 ゆうちょ銀行

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/](http://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〉



**事故防止にご協力を**

全国各地でごみの収集や処理中に火災事故等の思いがけないトラブルが起こっています。東部地区においても以前「その他（燃えないごみ）」の収集の際に火災事故が発生してしまいました。作業員も細心の注意を心掛けながら作業を行っていますが、時に皆さんから出されたごみが原因

で事故が起こります。ごみを出すときに、ちよつとした注意をしていただければ、事故は未然に防ぐことが出来ますので、ご協力をお願いいたします。  
**特に注意していただきたいもの**

①カセットコンロやライター

用のガスボンベ  
ガスボンベは非常に引火性が強くガスが出やすい構造です。ガスは完全に  
使い切ったうえ、  
出す前には穴を開けガス抜きしてか  
ら出して下さい。(穴等を開ける際には、注意事項をよく読み、火の気のない風通しの良いところで行うようにしてください。)



②ガスライターや着火用具  
ガスボンベと同じくガスは完全に使い切り、確認してから「その他」の日に出示してください。  
なお、出す際は他のものと別々に、ライター類だけで透明ビニール袋に入れて出すようにご協力をお願いします。(東部地区の収集に限る)

③石油ストーブの灯油

灯油をいれたまま出すとストーブ内に残った灯油に引火する恐れがあります。付属品のスポイトなどを使い、ストーブ内の灯油も十分に抜き取ってから出して下さい。  
また、直接クリーンセンターへ持ち込む場合も同様に持ち込むようにして下さい。



他に事故原因になりやすいものの例



花火やヘアースプレー缶なども火災の原因となる場合がありますので、両方とも完全に使い切って、花火はしっかりと水に浸し、スプレー缶はガスを抜いてから出して下さい。未使用の花火はクリーンセンターに直接持ち込みでお願いします。また、鋭利なものには新聞紙などで簡単に包み「キケン」と明示して見えるように袋に入れて出して下さい。

**税のワンポイントアドバイス**

**Q** 国民健康保険の扶養に入りたいのですが。

**A** 国民健康保険の制度では、扶養という概念はありません。一人ひとりが国民健康保険の被保険者で、加入は世帯単位となります。たとえ新たに加入される人に収入が無くても、加入者人数に応じてかかる部分(均等割)の保険税が加算されることとなります。

**Q** 6月から社会保険に加入したので6月末の納期限の国保税は納めなくてもいいですか。

**A** 国民健康保険税は、社会保険のように毎月払いではなく、年度分の税額を10回(6月から翌年3月まで)の納期に振分けて納めていただきます。税額や社会保険に加

入した時期によっては、国民健康保険から脱退した後も税額が残る場合があります。保険料更新通知書が届くまでは、納期限どりの納付をお願いします。納めすぎた部分があれば還付(お金をお返し)します。

**Q** 会社の任意継続と国保税ではどちらが安いですか。

**A** 国保税は前年中の所得、固定資産税、加入人数等で保険税を算出しますので、どちらが安いとは判断できません。

●問い合わせ先

税務課住民税係  
☎62-111111  
(内線1162・1161)

KATEYO GROUP since 1980

**SUPER 家庭教師**

スーパー家庭教師®で  
もっと「自分が好き」になる。

30th Anniversary

当社CMで活躍中  
立川志の輔

無料教育相談実施中

信賴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 オールナンバールン

**0120-00-1111**

このフリーコールは最寄りの事業所につながらず、携帯電話からつながりませんが、下記までお電話ください。

— 無料教育相談実施中 —

スーパー家庭教師 検索

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

5つの安心

無料 保証 保険 24時間 対応

解約料、年会費、選抜料なし  
電話勧誘、教材販売なし

(広告欄)



疑いを晴すため弁慶が主君の義経を杖で叩く



緊迫の場面、演技が続く、迫真の

## 伝統文化いつまでも 平成21年度津東町歌舞伎公演

4月29日、恒例の津東町歌舞伎公演が晴天の下開催され、この日を楽しみにしていた観客約750人が会場を埋め尽くしました。1年間、この日のために練習を積み重ねてきた津津子ども歌舞伎クラブは、源義経が山伏姿の武蔵坊弁慶らとともに安宅の関（石川県）を通り抜けようとした時の物語「勸進帳」を子どもらしさと、大人顔負けの演技やせりふを織り交ぜ熱演。また、東町歌舞伎保存会の皆さんは、菅原道真の右大臣時代を題材にした物語「菅原伝授手習鑑一寺子屋の場」を上演し、恩義のため我が子を身代りにしたクライマックスの演技では、会場中が静まり返り見入っていました。歴史ある舞台上で行われた迫真の演技に、観客席からは歓声や拍手、おひねりが飛び交っていました。

## 地道な保護活動着実に前進 オオルリシジミを守る会が 県の事業認定を受ける

4月30日、北御牧のオオルリシジミを守る会（早武基好会長）の活動が、県条例に基づく保護回復事業の認定を受け、市長公室において認定書の伝達が行われました。オオルリシジミは、環境省や県が絶滅危惧種に指定している蝶で、平成14年に守る会が発足し、幼虫が唯一食べる植物のクララとともに旧北御牧村地域一帯を保護区域として守られてきました。認定書を手に入れた早武会長は「本来捕獲が規制されているが、今回の認定を受け研究対象の捕獲届けが不要となり、更なる調査や研究が円滑に進められる。今後は、他の種にも目を向け永久的に生息できる環境を作っていきたい」と喜んでいました。



▲早武会長に認定書が交付された

◀守る会の活動により今年も無事羽化が確認されました（5月14日撮影）

## 地域の美化にご利益を 「ゴミ無し地蔵」設置される

5月11日、下八重原西部区に隣接する千曲ビューラインの沿道にゴミ無し地蔵が、地蔵制作者で区内在住の滝本勝義さんや荒井洋区長らによって設置されました。設置された場所は、ゴミの投棄が頻繁にあり地域でも処分に苦慮していた所で、滝本さんの今回の寄贈を受け、荒井区長が設置場所に決定しました。

ゴミ無し地蔵は、高さ1メートル、直径40センチメートルで、滝本さん宅の庭のけやきの木を切り倒し作られたもの。彫刻を趣味に持つ滝本さんがチェーンソーとノミで作りました。滝本さんは「少しでもゴミのポイ捨てが減ればという思いで作った」、荒井区長は「ありがたい。お地蔵さまのご利益で地域が美しくなっていくことを願っている」と話していました。



▲設置されたゴミ無し地蔵



▲小宮山さん(左)、武林さん(右)

### とうふハーバリストサークル・ 緑のサポーター 国土交通大臣より表彰される

第20回全国「みどりの愛護のつどい」において、とうふハーバリストサークル(小宮山岳江代表)と緑のサポーター(武林美寿江代表)の活動が認められ国土交通大臣より感謝状が贈られました。ハーバリストサークルは中央公園内ハーブ園で、緑のサポーターはグリーンパーク通りを中心に活動しています。受賞の報告に市長室を訪れた両団体代表の2人は「四季折々の花木の様子を見てほしい。今回の受賞を励みに、訪れた皆さんに更に楽しんでもらえるよう頑張っていきたい」と話していました。

### 花いっぱい運動オープニングセレモニー

5月9日、第6回東御市花いっぱい運動のオープニングセレモニーが、浅間サンライン新屋交差点付近の花壇で行われました。



好天に恵まれたこの日、新屋区老人会百寿会の皆さんを中心にして、区役員、小学生親子など約100人により赤や紫のサルビア1,500本、マリーゴールド500本の苗が植えられました。

### 花と緑あふれるまちに

4月26日、道の駅雷電くるみの里で緑のまつりが行われました。ブルーベリー、ハナミズキ、プルーンの苗木300本が無料頒布されたほか、子どもたちにも花や緑に触れ合っ



てほしいと雷電くるみの里より用意されたマリーゴールドなどの花の種が、市内小中学校代表の児童生徒に手渡されました。

### 御牧原南部区公民館及び 南部部消防詰所が竣工

4月26日、御牧原南部区公民館と併設して建設された消防団南部部詰所の竣工式典が行われました。建設に携わった皆さんは、多様化する施設用途を考慮し、女性の意見も



▲南部部による水揚げ

多く取り入れ、設備や間取りに反映させることができたと話していました。新しい地域のよりどころの完成に皆さんの喜びの声が聞こえてきました。

### 小型動力ポンプ引渡式

5月20日、市消防団赤岩部、東町部、西宮部、鳥川原部の小型動力ポンプが更新され、引渡式が東御消防署で行われました。掛川団長から「市消防大会に向けた練習の中で、



早くポンプの扱いに精通し、性能を余すことなく発揮できるようにしてほしい」とあいさつがされました。市では、毎年計画的に小型動力ポンプの更新を行っています。



5・4  
▼第7回東御市長杯湯の丸  
カップ中学生女子バレー  
ボール大会  
(第一体育館ほか6会場)



4・27  
▼くらしの会再生紙商品共  
同購入  
東御清翔高校生徒が荷下  
ろし作業を手伝う  
(人権啓発センター前)



4・26  
▼東御プレミアム商品券発  
売(即日完売)  
(中央公民館)

できごとと短信

平成21年  
6月1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 長野県東御市東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  
●印刷／田口印刷株式会社 http://www.city.tomi.nagano.jp

人の動き

(5月1日現在)

世帯数

11,454世帯(-20)

総人口

31,849人(-64)

男 15,609人(-47)

女 16,240人(-17)

転入 103人(-101)

転出 162人(-102)

出生 18人(-7)

死亡 23人(-5)

※カッコは4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

食による地域づくり  
とらふみ食育の里  
③

『先生、ほし☆見つけたよ!』

東保育園の給食のお味噌汁の中はハートや車、ネコにイルカなどが入っています。

子ども達は好きなものはパクパクと喜んで食べてしまいますが、苦手なものは口を閉ざしなかなか食べようとしません。

保育園でもそんな時は無理強いせず、野菜もひと切れ・その半分から始め「どんな音がするか食べてみよう」などと声をかけたり「ほら見て。先生食べるよ。どんな音がした?」と食べて見せたり、「お友達と一緒に食べてみようか」と誘うとつられてパクリ。「やったあ。食べられたね」とその時の頑張りを褒めていきます。お友達の影響も大きいのですが、子ども達は一緒に食べる保



▲「給食だいすき」

育士(大人)の姿もよく見ているのだと感じます。

以前から食べ残しが無く何でもよく食べていたのですが、2年前給食の先生がたまたま見たテレビで型ぬきをしている給食場面があり「保育園でもできるね」と、お味噌汁や

スープに入れるにんじんと大根を型ぬきで抜いてみたところ、子ども達は指やおはしで持ち「入ってたあ!」と食材に興味を持ち、さらに喜んで食べるようになりました。



▲にんじんの型ぬき

保育園での給食は、お父さん・お母さんから離れ家族以外の人と食べるはじめての場所。子ども達と一緒に食べる保育士が給食の時間を楽しみながら笑顔で食べ、ゆつたりとした食事の時間になるように工夫を続けていきたいと思

子育て支援課

東保育園

保育士

竹内郁子



編集後記

▼立夏が過ぎ、暦では夏を迎えています。昼間の時間が長くなり、山々の緑も益々その濃さを増し、田には水が取り込まれ蛙が盛んに鳴いています。▼間もなくこの爽やかな初夏の気候に反し、梅雨の時期が訪れます。よく不快指数と表現されるように、気温、湿度がともに上がり蒸し暑い日が続きます。また、当然雨の日が増え出かける際には傘が必要となったり、服が濡れるのを気にしたりと好まれない時期でしょうか。▼しかし、梅雨も自然のサイクルの中では大切な要素の一つであることに気づかされます。今月の紙面には花や緑の掲載記事がいくつか出ています。ひと雨ごとに丈が伸びる花木を眺めながら、来る夏本番には見事な花が咲くことを期待し梅雨明けを待とうと思

(広報担当 大塚)