



- 東御市民まつりフォトレポート・・・2～3
- 市政への提言 私のひとこと・・・4～7
- 一人ひとりの地球温暖化対策・・・8～9
- 動物の愛護及び管理に関する条例・・・10～11

久しぶりだね！

成人式で久しぶりに同窓生と再会。サンテラスホールに喜びの声や笑い声が響いた。

第5回 東御市民まつり 東御どすこい SUNSUN 市民の心ひとつに



8月1日、田中商店街において第5回東御市民まつり「東御どすこいSUNSUN」が行われました。午後からの降雨により中止となったイベントもありましたが、踊りが始まるころには夕日が差し込み、掛け声とともに心ひとつに盛り上がり、会場は熱気に包まれていました。

踊りコンクール審査結果

(62連参加)

●金賞

- い組 東上田連
- う組 大石連
- う組 日向が丘連
- う組 アツマ連
- か組 田中区連
- か組 Go!Go!ゆうふる
tanaka連

●銀賞

- き組 本海野連
- く組 東中女バス連
- い組 ちいさがた福祉会連
- う組 ミマキエンジニアリング連
- お組 花連
- き組 睦区連

●特別賞

- あ組 ケアポートみまき連
楽しかったで賞
- い組 海北連
そろっていたで賞
- う組 八十二銀行連
目立ったで賞
- え組 竹内工業㈱連
笑顔がすてぎで賞
- か組 サンサンリトルキッズ連
声が大きかったで賞

また来年、東御市民まつりで会いましょら



き組 常田区連
 大人数で賞
 き組 ヒップホップチームZ連
 笑顔がかわいいで賞

雷電子供相撲大会結果

個人戦
 (小学校1~3年生は一本勝負。
 4~6年生はトーナメント方式。)

4年生

- 1位 桑原一星さん(称津小)
- 2位 清水友聖さん(田中小)
- 3位 丸山圭太さん(田中小)

5年生

- 1位 星山烈哉さん(和 small)
- 2位 池上優飛さん(称津小)
- 3位 太田充男さん(田中小)

6年生

- 1位 オヨラハノアレクサンデル
(滋野小)

団体戦

- (4年生以上5名のトーナメント方式。)
- 1位 滋野小
- 2位 田中小
- 3位 称津小

麻袋りレー結果

- 一般の部 (50m x 6名)
- 1位 長野救命医療専門学校
- 2位 東御市役所野球部
- 3位 東部中学バスケットボール部

レディースの部

- 1位 東部中学バスケットボール部A
- 2位 東部中学バレー部A
- 3位 東部中学バスケットボール部B

田園風景

東御市が誇る農産物

八重原米

くるみ

白土馬鈴薯

巨峰

市政への提言

「私のひとこと」

市民の皆さんに東御市をより身近に感じていただき、市民と行政の協働のまちづくりを更に進めるため、今年も市政への提言「私のひとこと」を実施しました。

6月、市役所や各地区のコミュニティセンターなどに意見箱を設置し、貴重なご意見をお寄せいただきました。

今回いただいた意見は43件で、ここではその一部を市の総合計画に沿って分類し紹介します。寄せられた意見は、今後の市政に反映していきます。

さわやかさを暮らしに結ぶまち

(生活環境の整備)

ご意見

東御市ハザードマップ

ハザードマップが作成された経緯を説明していただきたい。

【お答えします】

水防法や土砂災害防止法の改正により、各市町村は河川の氾濫による浸水想定区域や土砂災害のおそれのある区域などを図示し、避難場所や迅速な避難確保等の必要な事項を記載した避難地図（ハザードマップ）を作成し、市民に周知することを義務づけられました。これに基づき市では、二種類のハザードマップを作成しました。

『千曲川洪水ハザードマップ』は国が指定した千曲川の氾濫区域を対象に平成20年3月に、『土砂災害洪水ハザードマップ』は県が指定した土砂災害警戒区域を対象に平成20年9

月に作成しました。

これらは、本来区域の異なるマップでありましたが、後者を作成するにあたり、千曲川ハザードマップ配布説明会において区長など関係者から頂いたご意見を反映し、更に土砂災害危険区域に千曲川の氾濫区域の情報に加え、より広く市民にお知らせするようにしました。

『千曲川洪水ハザードマップ』の訂正をお願いします。



荻原眼科医
64-1-3834 (正)
61-3834 (誤)

【ご意見】

地球温暖化対策

地球温暖化防止のため、車などのエアコン使用を自粛できないでしようか。

【お答えします】

地球温暖化の問題は全世界、すなわち人類が今後も地球上に生存していくための最重要課題の一つであると認識しています。このため市では広報誌やオフトーク等で地球温暖化防止のご協力を市民や事業者の皆さんにお願いをしています。

車のエアコン使用の自粛は、地球温暖化対策として大切な実践行動と考えられます。こうした誰もが実践可能な取り組みにつきまして、今後策定を予定しております。「東御市地球温暖化対策地域推進計画」に盛り込み、計画の推進を図って参りたいと考えています。

【ご意見】

ペットの飼い方マナー

犬の放し飼い、フンの始末、吠え声などが迷惑。飼い主に対する責任など有効な手段をとってほしいと思います。

【お答えします】

市では、環境をよくする条例により「犬、猫等を所有し、飼育し、または管理する者は、ふん害を防止す

る等の適切な管理又は飼育に努めること」と定めています。

また県では、今年10月1日から動物の愛護及び管理に関する条例が施行されます。この条例は、飼い主や住民の責務がはっきり規定され、罰則もありますので、県では立ち入り検査等の実施を行い飼い主等に必要措置をとることができま。市は県の実施内容に協力し、動物の健康と安全を保持し、動物による人等への侵害を防止するとともに、動物愛護精神の高揚を図り、人と動物とが共生する社会の実現に向け推進することとしています。

地域においても、集会や近所話で話題にさせていただき、地域全体で飼

【ご意見】

田中駅南口整備事業

田中駅南口整備について、計画の概要や詳細などを教えてほしい。田中地域（田中商店街）の更なる発展と利便性の向上をしてほしいと思います。

【お答えします】

田中駅南口整備事業は、田中駅北側から南側へ通じる自由通路（橋）と駅南側に駅前広場及び駅前広場か

育の在り方などを話し合っていただけでなく大切なことと考えています。



▲狂犬病予防接種

活力を産業に結ぶまち (産業の振興)

ら羽毛山交差点までの取り付け道路が主な事業内容です。

なお、今後とも田中商店街を中心とした市街地の活性化策を研究していきたいと考えています。

【ご意見】

都市計画区域指定

北御牧地域が都市計画区域に指定されたが、必要のない規制ではないでしょうか。

【お答えします】

都市計画には、市民の生活の場である都市を健康で文化的なものにする事、同時に市民の経済活動の場である都市を機能的なものにするという2つの目的があります。

都市計画区域の指定により、緊急車両の通行や交通・防災の安全を確保するための住宅建築の制限、また、日当たりや風通しなどの良好な住環境を確保するための建ぺい率、容積率の制限等のルールが北御牧地域にも適用となります。住み易い住環境づくりのために、土地利用の適正な制限が必要であることをご理解ください。

【ご意見】

荒廃地の有効活用

荒れ畑地など、市が仲介し市民農園や家庭菜園として貸し出してはどうでしょうか。

【お答えします】

荒廃地（荒れ畑地）対策として市では市民農園の設置を進めており、市内全体で現在84区画（1区画 約100㎡）を整備しました。北御牧地区では若干の空区画がありますが、東部地区では全区画で利用されています。今後も希望者の状況を見ながら東部地区を中心に、新たに設置を進めて参りたいと考えています。また、作物の栽培支援については、

農業農村支援センターで年2回市民農園利用者を対象に栽培講習会の開催や、JA信州うえだ東部営農センターで月1回講習会を開催していますのでご参加いただければと思います。



▲市民農園講習会のようす

健やかさ・安心を結ぶまち (保健・医療・福祉の充実)

【ご意見】

介護保険料の納付

介護保険料は、年金から天引きされるものなのでしょうか。

【お答えします】

年金を年間18万円以上受給している方の介護保険料は、年金から天引きするよう介護保険法で定められており、ご本人が納める方法を選択することはできないようになっていきます。

65歳以上の方が市町村の窓口や金融機関等へ保険料を納めに行かなくても済むよう、負担の軽減を図るという利点もありますので、ご理解

【ご意見】

【ご意見】

福祉医療費の

窓口無料化

福祉医療費給付制度において、窓口の個人負担分を無料にすることはできないのでしょうか。

【お答えします】

窓口の個人負担を無料化すると医療費に対する意識がなくなり、医療費の増加が心配されます。また、市の財源負担が増加することになります。

市では今年度から対象を小学校6

年生までとし、来年度以降も対象年齢の引き上げを行う予定であり、対象者の拡大を図っておりますので、ご理解ください。

【ご意見】

田中児童館の庭の芝生化

庭を芝生にしたらどうでしょうか。保育園等でも実際に園庭が芝生の所もあります。

【お答えします】

現在、市内の滋野保育園・中央保育園において芝生化の実験を行っており、管理の容易さや園児の遊びへの効果を検証しているところです。



▲園庭の一部で芝生化が進められている(滋野保育園)

児童館での遊びには、砂場遊びや泥団子づくりなど土や砂を使った遊びも盛んであり、芝生にはない良さもたくさんあることから、保育園での結果を踏まえて検討していきます。

未来を担う人を結ぶまち (教育・文化・スポーツの振興)

【ご意見】

体育施設の利用予約

体育館などの予約は平日の午前8時30分から午後5時30分までですが、休日や夜間、また、電話での受け付けしてもらえないでしょうか。

【お答えします】

現在市では、体育施設の予約を平日の8時30分から17時30分までとしています。平成22年度より、指定管理者制度を導入予定であり、この導入に伴い、夜間・休日の受付につい

【ご意見】

お話し子ども会

でも検討をしていきたいと考えています。なお、電話予約につきましても、トラブル防止のため導入は考えていません。

市の図書館では、子どもを集めて「お話し子ども会」を実施しているようだが、各地区に会場を移し「地区育成会く子ども会」のようにできないでしょうか。

【お答えします】

市立図書館では、「お話し会」及び「お話し子ども会」をそれぞれ月1回実施しています。「お話し会」は図書館の職員が、「お話し子ども会」はボランティアグループが運営にあたっています。ご意見いただきましたように各地区の会場で実施できればよいのですが、図書館の運営はボランティアの活動によるところが大きいため、現状では取り組みが難しい状況です。今後は読み聞かせ講座等への参加による新規ボランティアグループの養成や既存の団体のスキルアップを図りながら、各地区の自主的な活動をバックアップできる体制を整えていきたいと考えています。



▲お話し子ども会のようす

ご意見

有害図書等

自動販売機への対応

有害図書等の自動販売機を撤去へ

の取り組みは進んでいるのでしょうか。

【お答えします】

市では青少年健全育成条例を制定し、青少年の健全な育成のための社会環境整備に努めています。条例制定前には市内に5カ所50台の有害自動販売機がありましたが、制定後は有害自動販売機設置業者への面接指導や立入調査などを継続的に実施し、地域の皆さんの青少年を有害環境から守る取り組みもあり、現在は2カ所17台に減少しています。



平成19年条例制定前



平成21年8月現在

〔滋野地区完全撤去の例〕

支えあい夢を結ぶまち

(市民と行政の協働)

ご意見

住民票発行手数料

住民票などもらうとき、手数料を支払うが、住民税などで賄えないでしようか。

【お答えします】

ご質問のとおり、住民票・戸籍謄本・印鑑証明書等の発行に際しましては、手数料を頂戴しています。

これは「特定の方のためにする事務について徴収する手数料」として、東御市手数料条例で定められていて、

戸籍等につきましては全国的に統一して定めることが特に必要と認められるものとして標準額が定められているものです。

年間に多件数の証明書をお取りになる方、また、数年に一度しか取る必要がない方、お取りになる方が市民以外の方など交付申請される方も様々であるため、前述の定めによりご負担いただいています。

●問い合わせ先

企画課企画調整係 ☎64-5893

10月から商工観光課が北御牧庁舎へ移転します

10月から商工観光課の事務所が、本庁舎から北御牧庁舎へ移転します。これに伴い、観光協会、工業振興会、勤労者互助会、羽毛田工業団地協議会の各事務局も移転します。なお、移転後の電話番号は変わりありません。

また、従来は旧北御牧村の役場庁舎を北御牧総合支所と呼んでいましたが、今後は「北御牧庁舎」とすることも併せてお知らせします。

商工観光課 観光係 商工労政係
☎62-1111(代表) ☎64-5895(直通)
FAX 67-3337

できることから始めよう

一人ひとりの地球温暖化対策



少し前まで、地球温暖化の問題は南極大陸や赤道付近の「遠い地域での話」のように感じていましたが、今では身近な問題とを感じる方が多くなってきたのではないのでしょうか。今年の夏の集中豪雨は従来の『夕立』ではなく、亜熱帯地域の『スコール』のような激しいものとなり、土砂災害など多くの被害を発生させました。このような問題は、急に起きたわけではなく、わたしたち人類が生活の便利さを求めた変化によるものです。今、私たちにできることは、「一人ひとりが温暖化防止の行動を起こす」ことです。日頃の暮らし方を見直し、みんなで温室効果ガスの排出削減に向けた行動を実践しましょう。

家庭でできる温暖化対策

私たちの生活を見直し、二酸化炭素の排出を減らすためにはどうすればいいのでしょうか。次に挙げた取り組みのうち、できるものから始めてみましょう。

1 冷房の温度を1℃高く、暖房の温度を1℃低く設定する

カーテンを利用して太陽光の入射を調整したり、クールビズやウォームビズを取り入れ冷暖房の設定温度



▲豪雨により道路に水が溢れ出す

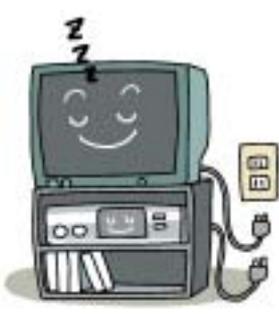
を工夫して過ごしましょう。



年間約31kgのCO₂の削減
年間約2,000円の節約

2 待機電力を90%削減する

主電源を切りましょう。長期間使わないときはコンセントを抜きましよう。また、家電製品の買い替えの際には待機電力の少ない物を選ぶようにしましょう。



年間約87kgのCO₂の削減
年間約6,000円の節約

3 シャワーを1日1分、家族全員が減らす

身体を洗っている間、お湯を流しっぱなしにしないようにしましょう。



年間約65kgのCO₂の削減
年間約4,000円の節約

4 ジャーなどの保温を止める

ポットやジャーの保温は利用時間が長いと、多くの電気を消費します。ごはんは電子レンジで温めなおす方が電力の消費は少なくなります。



年間約31kgのCO₂の削減
年間約2,000円の節約

【環境省 身近な地球温暖化対策の指標より】

『とうみエコライフ DAY2009』を実施します！

昨年は3000人を超える皆さんにご参加をいただきありがとうございました。今年で2回目となります「とうみエコライフDAY2009」は、昨年同様10月3日の東御の日に「チェックシート（1日版環境家計簿）」を使用して環境のことを考えた生活をしていただきます。このチェックシートには、家族で参加できる楽しみながら取り組んでみましょう！

エコライフDAYチェックシートの配布及び回収方法につきましては、9月16日発行のお知らせ版で掲載、配布します。なお、市のホームページでもご覧になれます。



▲昨年の小学校説明会のようす

環境コラム

電気や水を使っても温暖化してしまうの？

たしかに、電気からは二酸化炭素が発生していません。しかし、電気をつくるためには、エネルギーを必要とします。現在の発電方法で多いのが、石炭や石油、天然ガスなどの化石燃料を燃やして発電機を回す「火力発電」です。火力発電所からは、燃料を燃やしたときに、大量の二酸化炭素が発生しています。同じように、水も浄水場できれいにし、皆さんのご家庭へ届くようにするためにはエネルギーを使っています。

このため、電気や水を大切に使うことも、地球温暖化防止につながるというわけです。



● 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

『東御市男女共同参画推進条例(素案)』に対するご意見をお聞きかせください

市では、男女共同参画まちづくりを進めるため条例策定を進め、このたび、条例素案ができあがりました。市民の皆さんの意見を条例へ反映したいと、次の通り意見をお聞きする機会を設けました。市民一人ひとりの個性があらゆる場面で今後ますます活かされるため、たくさんご意見をお待ちしています。

● 実施期間

平成21年9月15日(火)から平成21年10月15日(木)【必着】

● 資料(素案)公表方法

市ホームページに掲載

中央公民館内生涯学習課窓口で配布

● 意見の提出方法

所定の用紙で、次のいずれかの方法で提出してください。

① 郵送の場合

〒389-0592

東御市 288-4

中央公民館内

生涯学習課 男女共生係 宛

② ファクシミリの場合

FAX番号

0268-6415610

生涯学習課 男女共生係 宛

③ 電子メールの場合

E-mail:

syougai-gakusyuu

@city.tominagano.jp

(メールの件名を「男女共同参画推進条例素案に対する意見」としてください。)

④ 持参する場合

中央公民館内生涯学習課窓口

※電話による受付は行いません。

※意見提出の際は、住所・氏名又は団体名・電話番号を明記してください。

※匿名、誹謗中傷による意見、字句の訂正に関する意見は公表の対象としません。

● 意見を出せる人

市内に住所を有する人・市内に事務所や事業所を有する個人及び法人その他の団体・市内の事務所や事業所に勤務する人・市内の学校に在学する人

● 意見に対する回答

頂いたご意見に対する市の回答や考え方は、市ホームページで公表します。直接個人への回答は行いませんのでご了承ください。

● 問い合わせ先

生涯学習課男女共生係

☎ 64-5906

動物の愛護及び管理に関する長野県条例が10月1日より施行されます

人と動物とが共生する社会の実現を目指して

近年、動物の飼養について関心が高まり、動物との関わり方が変化、多様化してきている反面、様々なトラブルも発生しています。

県では、長野県動物愛護管理推進計画に基づき、動物に関する様々な問題に的確に対処するため、「動物の愛護及び管理に関する条例」を制定しました。

条例により

定められた主な内容

- 飼い主や住民、行政の責務が明確になりました。
- 飼い主が遵守しなければならない事項を定めました。
- 係留されていない犬や野犬等の保護、収容について明確にしました。
- 特定動物が逸走したときや事故を起こした時、飼い犬が人をかんだ時に飼い主が取るべき措置を定めました。
- 災害時に備えて飼い主がとるべき措置や、災害時の措置を実施するよう定めました。
- 措置命令、立ち入り検査ができるようになりました。
- 動物を収容した場合、費用負担するようになりました。
- 措置命令に違反した者、立ち入り検査を拒んだ者、各届け出を怠った物等への罰則を定めました。

条例の概要

目的

動物の健康と安全を保持し、周囲の人などへの侵害を防止するとともに、住民の動物愛護精神の高揚を図り人と動物とが共生する社会の実現を目指す。

定義

● 対象動物：哺乳類、鳥類、は虫類に属するもの。

● 飼い主：動物の所有者だけでなく、その動物を事実上支配している者も含まれます。

関係者の責務

● 飼い主
動物を適正に飼養することにより、動物の健康と安全を保持し、動物による人の生命等への侵害を防止し、動物が人に迷惑を及ぼすことのないようにしなければなりません。

● 県
ません。

● 県民
動物の愛護及び管理に関する総合的かつ計画的な施策を策定、実施します。

● 県民
動物の愛護に努めるとともに、県が実施する施策に協力するよう努めなければなりません。

遵守事項

- 飼い主
① 動物には、適正にえさや水を与える。
- ② 動物の健康管理を行い、異常を認めるときは必要な措置をとる。
- ③ 種類、生態等を考慮した飼養施設を設ける。
- ④ 飼養施設及びその周辺を清潔にし、悪臭や昆虫等の発生を防止する。
- ⑤ 動物が公共の場所や他人の土地等を損傷したり、汚さないようにする。
- ⑥ 動物の異常な鳴き声や羽毛の飛散等により、他人に迷惑をかけるないようにする。
- ⑦ 逸走防止の措置をとるとともに、逸走した場合は捜索し捕獲する。

⑧ みだりな繁殖を防止するため、不妊手術やその他の措置をする。

● 犬の飼い主

- ① 人の生命等への侵害防止のために、常に係留する。(盲導犬など人に危害を加える恐れのない方法で使用する場合などは除く。)
- ② 適正な方法でしつけを行い、飼い主の制止に従うよう訓練する。
- ③ 住居の出入り口など、人の見やすい箇所に飼い犬がいる標示をする。



▲犬のしつけ教室

● ねこの飼い主

① 疾病感染防止や健康及び安全の保持、周辺の生活環境の保全から、屋内で飼育するよう努める。

● 多頭飼養の届出

犬、猫の飼い主は、飼養する犬、

猫の数が10(合計した場合を含む)に達した時は、県知事に届け出なければなりません。

🐾動物の引き取り・譲渡

動物が飼養できなくなった場合、動物愛護及び管理に関する法律の規定に基づいて、飼養できない理由の確認や助言指導を行い犬又は猫を引き取ります。飼い主が不明、係留されていない犬については、捕獲し収容します。収容したときは、特徴や捕獲場所などを市を通じてお知らせし飼い主を探して返還するほか、飼い主が現れないときは譲渡するように努めます。

👉市内の場合👈

迷い犬を保護した場合は、上田保健福祉事務所へ連絡をお願いします。県上田保健福祉事務所で保護します。

☎25-7153

(休日・夜間☎23-1260)

迷い犬が保護されますと、オフパークや有線放送を通じお知らせします。また、上田保健福祉事務所のホームページで確認することができます。

http://www.pref.nagano.jp/

xeisei/uedaho/mayoinh.htm

🐾緊急時の措置

クマや毒ヘビなどの危険な動物

(特定動物)が逸走したとき、飼い主は知事に通報し、必要な措置を講じなければなりません。また、特定動物が人の生命等に危害を加えたときや飼い犬が人を噛んだときなどは、飼い主は直ちに知事に届け出なければなりません。

🐾違反に対する措置命令

飼い主が遵守事項に違反した場合で、人の生命等への侵害防止に必要な措置をとるよう命ずることができます。飼い主はその命令に従わなくてはなりません。

🐾立入検査

獣医師等専門的知識を有する『動物愛護管理員』を置き、必要に応じて動物の飼養施設への立ち入り検査や報告の徴収を行います。

🐾費用の負担

飼い主が収容された動物の返還を求めるときは、保管費用等を負担しなければなりません。

🐾罰則(金)

措置命令に違反した者→30万円以下の罰金
立ち入り検査を拒んだ者など→20万円以下の罰金
事故発生時の届け出をしなかった者など→5万円以下の罰金

多頭飼養の届出をしなかった者など→5万円の過料

動物の飼い主は次のことに注意しましょう

- 狂犬病予防注射を実施してください。
- 狂犬病にかかるほとんど助からず、10日ほどで死亡してしまいます。
- その他の感染症にも注意が必要です。
- 検査を受けずに海外から来る動物がいるため、感染症発症の動物が国内に入っている可能性があります。
- 感染症の中には、動物から人にうつるものがあります。
- 日常の中で、感染を防ぐよう心がけましょう。
- 遊んだあとは、手洗いなどをしっかりとしましょう。
- 動物と一緒に寝室にしない。
- 口写しの食事をしない。(粘膜感染予防)
- 顔を舐めさせない。

● 問い合わせ先

市役所市民課生活環境係

☎64-5896

上田保健福祉事務所

☎25-7153

防犯ひとくちメモ
原交番所長より耳学問

コンビニは
便利だけれど・・・

コンビニエンスストアは、気軽に立ち寄り、雑誌の立読みも長居も可能、お手洗いも貸してもらえて確かに便利です。しかし便利な反面、不特定多数の人が出入りし、危険もたくさん潜んでいる場所でもあります。最近の県下の事件などを見ますと、車上ねらい・車の盗難・強盗・万引き・夜中のストーカーまがいのもの等があります。

コンビニが悪いわけでも、コンビニを利用することが悪いわけでもありません。利用する人が、車に鍵をかけるとか、周囲に注意を払うなどの自己防衛意識を高めるようお願いいたします。

● 東御市交番

☎62-0104

● 市民課生活環境係

☎64-5896

「雨の中でも頑張ったよ」 ジュニア野外体験学校

7月18日から19日、ジュニア野外体験学校を行いました。市教育委員会と子ども会育成連絡協議会とが共催し、野外活動を通して子どもたちの生きる力を育てています。「自然・発見」「自分・挑戦」「友だち・協力」をテーマに、今年も46名の小学生、4名の東御清翔高校生ボランティア、育成会や保護者40名が参加し、宿泊キャンプに湯の丸高原へ行ってきました。

自然・発見



▲ネイチャークラフトではふくろう作り
きりやハンマーを使った難しい作業に挑戦



▲雨の中ウォークラリーをしました



自分・挑戦

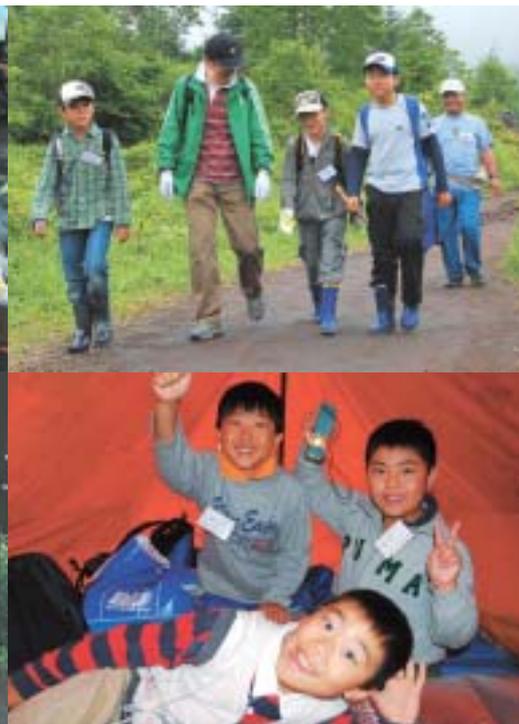


▲自分で作ったカレーはおいしい ▲初めてテントを建てました



友だち・協力

初めて知り合った仲間と話し合い、力を合わせて雨の中の1泊2日のキャンプを乗り切りました。自然を肌で感じながら、学校や学年を超えた友情が芽生えました。



▶1泊2日のキャンプ頑張ったね



地域で育てようおらほの子ども

ケータイ・インターネットの悪影響から子どもを守る取り組み

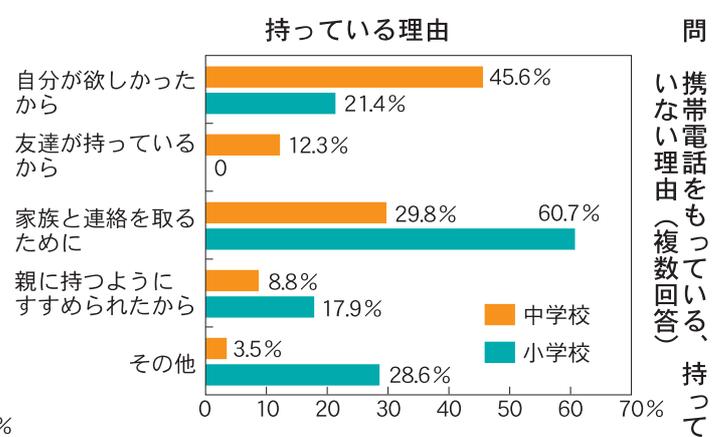
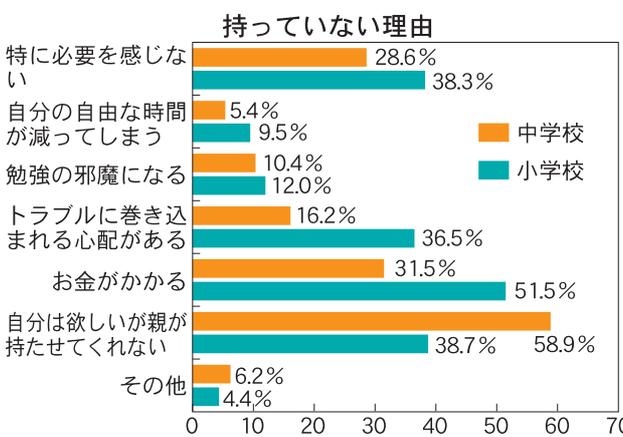
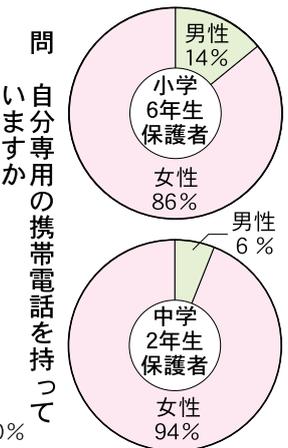
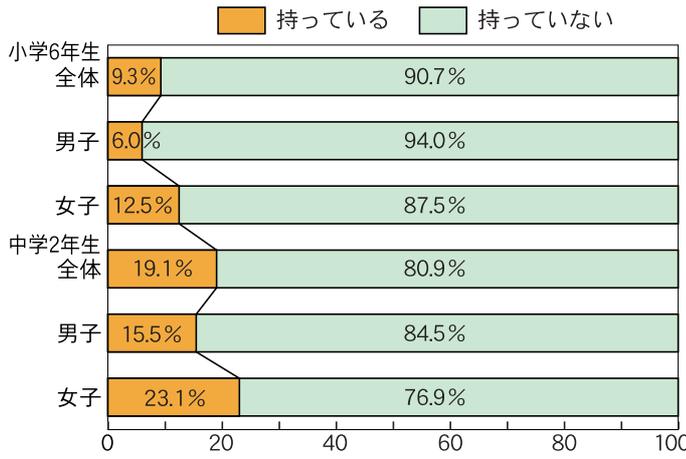
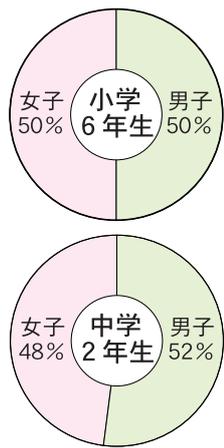
市では、6月26日に「ネットリテラシー教育推進協議会」を立ち上げ、子どもたちをケータイ・インターネットの悪影響から守る取り組みについての研究を始めました。まずは、市内の子どもたちの実態を把握するために「携帯電話に関するアンケート」を実施しました。調査項目は、文部科学省や県の調査を参考にしています。

アンケート結果

実施期間：平成21年7月

アンケート対象	配布	回収	回収率
小学6年生	313人	302人	96.5%
中学2年生	314人	298人	94.9%
小学6年生保護者	313人	263人	84.0%
中学2年生保護者	314人	227人	72.3%

回答者の男女比



ネットリテラシー学習会を開催します

主催 ネットリテラシー教育推進協議会

対象 小中学校の保護者、育成者

内容 子どもをケータイ・インターネットの危険性から守るための取組についての学習とワークショップ

講師 ネットリテラシー教育推進協議会委員

日時 9月16日(水)午後7時から

場所 中央公民館講堂

※アンケートの他の項目については、順次掲載していきます。

◎大人は携帯電話で「電話」をしますが、子どもたちは、「ケータイ」で、メール・ゲーム・プロフ・ブログなどを楽しみます。しかし、その中でトラブルに巻き込まれたり、嫌な経験、怖い経験に遭うこともあり、「子どもが欲しいから・・・」と安易に携帯電話を買い与える前に危険性について理解を深めることが大切です。

◎東御市でも文科省・県の方針と同じく、「小中学校への携帯電話の持込みは禁止」です。

■アンケート結果から見えること

- 市内の小6生、中2生の所持率は全国より下回っています。(全国小6生 24・7%、全国中2生45・9%)
- 持っていない理由として「自分は欲しいが親が持たせてくれない」を選んだ中学生が多いです。

すくすく育つとうみっ子!!

誕生日おめでとう! (9月生まれ)



ひさだ ひろと
久田 大翔くん(大石)
(1歳、H20. 9. 2生)
ひろ お誕生日おめでとう♪お兄ちゃん・お姉ちゃんに囲まれて、どんどん活発になってきたね!!これからも、いっぱい食べて、いっぱい笑って元気に育ってね♥♥



おおくぼ ここね
大久保 心寧ちゃん(乙女平)
(1歳、H20. 9. 11生)
♥Happy Birthdayここたん♥家族みんな「ここたんスマイル」が大好きだよ♥これからも、このスマイルでたくさんの人たちを幸せにしてね★



まつもと ゆい
松本 結衣ちゃん(加沢)
(1歳、H20. 9. 17生)
1歳のお誕生日おめでとう!これからもいっぱい食べて大きくなってね。結衣のクリクリおめめが大好きだよ。



ほそや こうたろう
細谷 幸太郎くん(東上田)
(1歳、H20. 9. 23生)
1歳のお誕生日おめでとう!元気に初めての誕生日が迎えられて良かったネ!幸太郎はみんなの宝物です♥幸せに育ててね。



あらい まな
荒井 真奈ちゃん(新屋)
(2歳、H19. 9. 4生)
2歳のお誕生日おめでとう。甘えん坊で、わがままな真奈姫さん♥いつまでも、その可愛い笑顔を見せてね。



わたなべ まなみ
渡辺 真菜美ちゃん(常田)
(2歳、H19. 9. 8生)
★真菜、2歳のお誕生日おめでとう★よく食べ、よく寝て、毎日成長していく姿を見ることが、パパとママの楽しみです。これからも元気に笑顔いっぱいの真菜でいてね♥



たけうち おうた
竹内 桜大くん(県)
(2歳、H19. 9. 19生)
2歳のお誕生日おめでとう!桜大の毎日の笑顔が家族の幸せ♥これからも元気で優しい桜大でいてね★



のなか ゆうき
野中 ゆうきちゃん(新張)
(3歳、H18. 9. 7生)
ゆうちゃん、3歳のお誕生日おめでとう!お料理やお掃除のお手伝い、いつもありがとう。優しく楽しいゆうちゃん、これからもみんなで仲良くしようね。



ばば ゆうせい
馬場 悠生くん(片羽)
(3歳、H18. 9. 19生)
悠クン♥3歳オメデトウ♥恥ずかしがりやの悠クンも、このごろはワンパク坊主に!!いつまでも、みんなのアイドルでいてね♥悠々と大きくなりますように♥

☆募集しまあ!!☆

(対象者10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、9月10日(木)必着。

おいしい ヘルシークッキング ④

(レシピ提供: 食生活改善推進協議会)

残暑を乗り切る さっぱりデザート プチトマトのシロップ漬け

●材料(6人分)

プチトマト30個
砂糖80g
水300cc

レモン汁.....大さじ3
ミントの葉.....少々

●作り方

- ①プチトマトは、ヘタをとり沸騰したお湯に30秒ほど通して皮をむく。
- ②鍋に水と砂糖を入れて煮溶かし、①とレモン汁を加えてひと煮させ、汁ごと冷やす。
- ③器に盛り、ミントの葉を添える。



こみっくシリーズ

第3話 男だから、女だから？

男女共同参画プラン推進委員会



東部中演劇部にとって初めての試みとなる今回の訪問実演は、演劇部員がハーモニック東部に職場体験学習でお邪魔させていただいたことがきっかけとなりました。利用者さんとの会話の中で演劇をしている話をおっしゃってください、公



今回の記事は、東部中学校演劇部の保護者の皆さんより寄稿いただきました。

劇を見たお年寄りの皆さんはとても喜んでくれました。お年寄りの皆さんからも歌のプレゼントがありました。何気ない交流会になりました。何気ない一言から実現した今回の交流会は、演劇部員たちにとって、ふれあいの気持ちを大切にする心が培われた機会になったのではないかと思います。

東部中学校演劇部
老人福祉施設で実演

6月6日、東部中演劇部が、市内の老人福祉施設ハーモニック東部で利用者みなさんとの交流とあわせて公演会を行いました。演題は落語でもお馴染みの「まんじゅうこわい」と「寿限無(じゅげむ)」を披露しました。

演の約束をしたときから準備が進められてきました。なかなかまとまった練習時間がとることができました。劇を見たお年寄りの皆さんはとても喜んでくれました。お年寄りの皆さんからも歌のプレゼントがありました。何気ない交流会になりました。何気ない一言から実現した今回の交流会は、演劇部員たちにとって、ふれあいの気持ちを大切にする心が培われた機会になったのではないかと思います。

元気発信！子育て施設
田中保育園の話題

田中保育園は周りが住宅に囲まれている、園の畑もいっても庭の花壇に少しの野菜と近くの公園の隅にあるだけです。そんな中、稲づくりと一緒に中山間地の方々に声をかけていただきました。子ども達も田植えの経験は初めてで、泥に入った感触はヌルヌルしていてとても神秘的な面持ちでした。また小さい子にも経験をとミニトマトとポップコーンの苗を植えることから経験させていただきました。口に入るものがどうやって育ち収穫になっていくのか、作物の成長過程を自分の目で観察できることは、食べ物に関心を深めるのにも良いことです。今日盛んに「食育」が重要視されていますが、本当に全てにつながる活動です。先日もミニトマト(アイコ)の収穫に行きました。鈴なり



▲甘くておいしいよ

に実のついたトマトにびっくりし、自分の手でとってそのまま口の中へ。新鮮なうえ、甘くて美味しいトマトを子ども達はパクパクとほおばっていました。すると、自然に会話も弾みます。畑の管理をしていておじさんたちの声かけにうれしそうに答えている子どもたち。そんな姿はほほえましい限りです。これからも地域の方々との輪が広がり、生きていく中で一番大切な「食」を通して心豊かになってほしいと思います。

海の交流・山の交流 小学生がお互いの地域で交流会

北御牧地区と新潟県上越市名立区の地域間交流事業の一環で、7月19日、20日に北御牧地区の小学生14名が名立区を、8月5日、6日には名立区の小学生20名が北御牧地区を訪ね、お互いの地域で交流会を行いました。

海の交流会とした名立区では、海釣りや新鮮な海鮮食材を使った夕食作りを行い、初対面で緊張の面持ちの子どもたちでしたが、夕食の準備を協力して行ううちに打ち解け、会話が弾んでいました。北御牧地区での山の交流会では、マレットゴルフや流しそうめんを楽しみ、お別れの際には別れを惜しみ合う姿や、握手して来年の交流会で再会を約束する姿が見られました。



▲協力して作った夕食が間もなく完成！
(名立区：不動地域生涯学習センター)



▲全員で記念撮影 (芸術むら公園)

なだちっ子と 楽しくあそんだこと

二年 いで とみみ

きょうは、みまぎっ子のみんなと
なだちっ子のみんなでとまりました。
一ぱく二日とまりました。一ぱんは
じめにともだちになったのは、たち
ばなともみちゃんでした。わたしと
名前が同じでした。私のはんと同じ
はんなので友だちになりました。し
んちよの高い子で、私のところこ
いっばいしゃべってきてくれました。
とても楽しかったです。ほかにも
いっばい友だちをつくれました。

日独スポーツ少年団同時交流事業 ドイツ団と市内スポーツ少年団が交流

日本体育協会が主催する第36回日独スポーツ少年団同時交流事業のドイツ団12名が、8月7日から10日の期間市内に滞在しました。

7日、花岡市長へ表敬訪問に市役所を訪れた際、全国大会出場報告に來た東部柔道教室の皆さんと記念撮影をし、到着早々市内スポーツ少年たちとの交流がありました。ドイツ団は、白馬ジャンプ台、湯の丸高原などの視察研修や竹紙漉き体験、市内スポーツ少年団との交流、市内の家庭でホームステイをし、10日ホストファミリーに見送られ帰国しました。



▲白馬ジャンプ台の前で記念撮影



▲マレットゴルフで交流

ホストファミリーの依田真理子さん(本海野)より感想を寄せていただきましたので紹介します

私は今まで、ホームステイで貴重な経験をしてきました。今回はその恩返しも兼ねて初めてホストファミリーとなり、20歳のティモ・ダルムさんを受け入れました。普段なかなかヨーロッパ圏の人々と出会うことがなかったので、彼の生活や家族の話を通してドイツの習慣や文化を知ることができました。あつという間の3泊4日。ホストファミリーとして一緒に過ごす時間が短かったのが残念でしたが、東御市の生活を紹介しますながら楽しく交流ができました。ティモさんの「楽しかった。」「ありがとう。」の言葉が嬉しかったです。思いがけない国際交流の機会に感謝しています。

ゆうふる t a n a k a 開館10周年 東御清翔高校美術部が作品を送る

ゆうふる t a n a k a が平成11年7月1日の開館より10周年を迎えました。記念事業として堀雅明支配人が館内に展示する作品の制作を呼びかけ、東御清翔高校美術部が受け入れ作品制作に取り掛かりました。8月21日、完成を祝う除幕式が花岡市長や施設関係者が出席し行われました。玄関吹き抜け部の壁面に展示された作品は、美術部員7名が意見を寄せ合いデザインを決定、建築資材のスタイロフォームをカッターなどで切りだし、ラッカースプレーで着色したモザイク画。部長の大井一磨さんがイメージしたキャラクター『田中ゆうふる君』の周囲に、市名産のくるみや巨峰、レンゲツツジが配置されています。作品を前に予想以上の出来、思い出に残る作品になったと大井部長、作品の様子を見に時々訪れたいと部員たちは話していました。10年の節目を迎え堀支配



▲作品制作に取り組む部員たち



▲作品制作した部員たち



▲温泉の湯気から生まれた「田中ゆうふる君」

人は、最近始めた乳幼児親子向け事業などを積極的に取り組み、地域の皆さんの生涯に渡る健康増進に役立つていきたい、泉質や立地条件の良さを武器に更に利用者を増やしていきたいと今後の抱負を話していました。

警察力の充実強化を要望

県警察本部により示された「県警察の組織再編整備計画案」に対し、6月22日、東御警察署設置を求める市民会議役員会を開催し、再編整備計画案に対する市の対応が話し合われ、「東御市交番の充実強化」と「駐在所の存続」を基本とし、市議会と連携していくことを決定しました。7月30日に花岡市長、保科県議会議員、町田市議会議員、同会議から伊藤麟太郎会長（市区長会長）と瀧澤功副会長（北御牧地区区長会長）が県警察本部を訪れ、警察署の設置については引き続き検討すること、地域の治安を担う東御市交番の大型

化を図るとともに大日向と八重原の2駐在所を存続させ交番と連携したものとすることを要望しました。安心して安全に暮らせる社会実現のため、更なる警察力の充実強化を期待し要望書が提出されました。



加入者や地域へ感謝 UCVより寄付金

㈱上田ケーブルビジョン（上田市、寺島滋社長）が市へ500万円を寄付しました。今回の寄付は、同社のケーブルテレビやインターネットサービスを受ける加入者や市への恩返しをしたいという思いから、東御市合併5年を記念して行われました。7月29日、寺島社長と中沢利樹男ネットワークコンテンツ部長が市長室を訪れ贈呈式が行われました。寄付金は、保育園のプロジェクトや小学校にはビデオカメラのほか、公民館や総合福祉センターの視聴覚機器の購入に使われる予定です。寺

島社長は、小さいころから情報通信機材に触れて興味や関心を持ってもらいたい。今後も更に情報通信サービスの強化を図り東御市の安心や安全に役立ちたいと話していました。



こんにちは保健師です

「9月は自殺予防月間です（9月10日は世界自殺予防デー）」

市内の65歳未満の方の死因3位以内に自殺があります。平成20年は悪性新生物（がん）に次いで第2位でした。働き盛りの年代に自ら命を絶ってしまう人が毎年必ずいるのです。

目に見えない心、健康状態を数字で表しにくい心、しかし、誰もが持っていて大切にしてほしい。こころの健康を守るには、ご自身の心に気持ちを傾けていただくことからです。そして、家族や周りの方の心にも…。まずはひとりひとりの気づきからです。



ながしま みのり
永島 美典 保健師

<うつ状態とうつ病>

『うつ状態』とは2週間以上続く気分の落ち込み、『うつ病』とはさらに生活面や仕事に支障が出ることです。脳内の神経伝達物質のバランスが崩れて病気を引き起こしているのです。単なる気分の落ち込みや、やる気のなさではありません。

<うつ病の症状とは？>

- | | | |
|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ・意欲の低下 ・集中できない ・興味がわかない ・楽しめない ・やる気が出ない | 【心の症状】 <ul style="list-style-type: none"> ・気分が沈む ・気力の低下 ・不安 ・落ち着かない ・イライラする ・涙ぐむ | 【体の症状】 <ul style="list-style-type: none"> ・眠れない ・食欲がない ・疲れやすい |
|---|---|---|

<周りの人が気づく症状>

- ・以前と比べて表情が暗く、元気がない
- ・体調不良の訴えが多くなる
- ・仕事や家事の能率が落ち、ミスが増える
- ・周囲との交流を避けるようになる
- ・遅刻、早退、欠勤が増える
- ・趣味やスポーツ、外出をしなくなる
- ・飲酒量が増える など

まずは 自己チェックをしてみましょう !!

【ツング自己評価うつ病尺度】

項	目	めったにない	時々そうだ	しばしばそうだ	いつもそうだ
1	気分が沈んで憂うつだ	1	2	3	4
2	朝方が一番気分がよい	4	3	2	1
3	ささいなことで泣く、泣きたくなる	1	2	3	4
4	よく眠れない	1	2	3	4
5	食欲は普通にある	4	3	2	1
6	性欲は普通にある（異性の友人と付き合ってみたい）	4	3	2	1
7	最近やせてきた	1	2	3	4
8	便秘している	1	2	3	4
9	普段より動悸がする（胸がドキドキする）	1	2	3	4
10	なんとなく疲れやすい	1	2	3	4
11	気持ちはいつもさっぱりしている	4	3	2	1
12	いつもと変わりなく仕事（身の回りのこと）ができる	4	3	2	1
13	落ち着かず、じっとしてられない	1	2	3	4
14	将来に希望（楽しみ）がある	4	3	2	1
15	いつもよりイライラする	1	2	3	4
16	迷わず物事を決めることができる	4	3	2	1
17	役に立つ人間だと思う	4	3	2	1
18	今の生活は、充実していると思う	4	3	2	1
19	自分が死んだ方が他の人は楽に暮らせると思う	1	2	3	4
20	今の生活に満足している	4	3	2	1
【評価基準】 39点以下……抑うつ状態は乏しい「今のところ安心です」 40～49点……要注意！「うつ病の予備軍かもしれません」 50点以上……危険！「ぜひ専門医に見てもらいましょう」		合 計			点

＜ご自身でできること＞

- ・まずはなによりも「休養」が大切です。
 - ・うつ病は病気であることを認識し、お近くの方に相談してください。
 - ・大事な決定は、元気になるまで保留しましょう。
 - ・どんなにつらくても自殺だけはしないで下さい。
- ★心配があると感じた方は、1人で悩まず、近くの方や保健師に相談してください。早く気づき、きちんと対応をすること、治療を受けることが一番の予防策です。

＜周囲の人ができること＞

- ・相談をされた時の話の聴き方。
 - ①信頼関係を作る（否定をせず、受けとめてあげましょう）。
 - ②相談された内容をすべて解決しようとしなない。
 - ③一人で抱え込まない。
- ・睡眠障害やうつの症状があり、日常生活（家事や仕事）が困難であれば、休養と治療を進めて下さい。
- ・治療が始まったら、本人の回復のペースを大事にしてください。あせらずにゆっくりと。
- ・うつ病は休養が大切です。気晴らしだからと、外出に誘ったり励ましたりせず、ご本人のペースやリズムを大切にしてください。

こころの健康に関する情報誌
ほっとめ〜る

H21.夏号
発行：東御市健康保健課
tel 64-8882 fax 64-8990
E-mail keriko-hoken@city.tominagano.jp

こころの相談日 要予約 64-8882
こころの健康に関する相談を受け付けています。ゆっくり話を聞いてほしい方、ご連絡ください。秘密は守られますので、ご安心ください。
*日時 第4水曜日 午前中
*場所 総合福祉センター 相談室

保健師による訪問・相談
こころの健康に関する相談・家庭訪問を行います。秘密は守られます。話を聞いてほしい方、病気の心配がある方、ご家族の方、ごなたでも受け付けます。希望のある方は、ご連絡ください。

ケア（精神障がい者の社会復帰相談支援事業）
精神障がい者の交流や悩みを相談するところです。手帳をお持ちであれば、ごなたでも参加できます。見学可（〇）ご希望の方はお問い合わせください。
*日時 7月15日(水)9:30～ 交流・散歩
8月19日(水)9:30～ 交流・話し合い
9月16日(水)9:30～ 調理(たまご料理)

福だまりの会(精神障がい者家族会)
精神障がい者を抱える家族の会です。悩みを共有し、励ましあいます。毎月1回、お茶会を行います。ご希望の方は、ご連絡ください。

ほっとめ〜る
ほっと・ぽっど・サロン
(花みずき会主催)
精神障がい者の交流の場
おおむね毎月第2(月)
13:30～

健康保健課では、市の事業などを掲載した心の健康に関する情報誌『ほっとめ〜る』を作っています。ご希望の方はご連絡ください。

＜講演会のお知らせ＞

○「みんなで考える自殺予防」

日時：9月14日(月) 13:00～16:00
場所：上田合同庁舎
講師：千曲荘病院 安藤直也 氏

○「職場のメンタルヘルスケアについて ～事例から～」

(市内事業所対象)
日時：9月17日(木) 13:00～16:30
場所：東御市総合福祉センター 3階
講師：長野産業保健推進センター 笠井 昇 氏

＜相談窓口＞

市健康保健課では、保健師による訪問・相談やこころの相談を下記のとおり受け付けています。ご自身のこと、ご家族のこと、「うつっぽい」「落ち込みが強い、落ち込みが続いている」「ひきこもり」などこころの健康に関してお困りのことがあれば、健康保健課（64-8882）までご連絡ください。

- こころの相談【要予約】（毎月第4水曜日・午前中）
- 保健師による訪問・相談（随時）

他の相談機関

上田保健福祉事務所（上田保健所） ☎25-7149
長野県精神保健福祉センター（長野市） ☎026-227-1810



▲式典運営に奮闘された実行委員の皆さん

8月15日、文化会館サンテラスホールにおいて市公民館と成人式実行委員会の主催による成人式が行われました。今年市内で成人を迎えた皆さんは328名で、この日は約250名が華やかなスーツやドレス姿で参加しました。後輩となる北御牧中学校吹奏楽部の皆さんの演奏で始まった式は、花岡市長や恩師をはじめ来賓の皆さんの祝福のことば、成人式実行委員長のあいさつ、新成人代表3名の意見発表が行われました。

実行委員長のことば



▲酒巻卓さん

成人式を迎え、晴れて成人となる私たちはこれから責任ある大人として社会の中で生きていかなければなりません。「夢を叶えたい」「自分のやりたいことをしたい」「社会の歯車のひとつになりたい」「そんな漠然と考えていた将来のことをこれからは社会の中で行動し、つかみ取っていくかなければなりません。自分の夢を叶えることは今の社会状況の中では決して簡単なことではないはず。しかし、こんな時代だからこそ自分が描いていた未来を忘れてはいけないのではないのでしょうか。平成生まれの成人となる私たちが、夢を失わず、追い続けることで日本の未来は明るいものになるのだと思います。最後に、今まで私たちを育て、指導してくださった皆さんに感謝申し上げます。

二十歳の抱負



▲渡邊和樹さん

私は大学で工学系の勉強をしています。これからの社会は、どれだけ環境に配慮できるかが重要です。そのような社会に貢献できるように、ものづくりに尽くしていきたいと思っています。また、芸能人の覚せい剤使用など社会で活躍する人の無責任と思える行動が問題視されています。成人を迎えたことをきっかけに『自分に責任を持つこと』について一人ひとり考えなければなりませんと思います。



▲竹内真李さん

私は大学の心理学の授業で自殺について勉強しました。日本では年間3万人以上の人が自らの命を絶っています。なぜ命を絶たなくてはいいなかったのでしょうか。きっと



▲竹村幸徳さん

いろいろな理由があるのだと思います。しかし、生きていければ自分の努力で明日は変わるかもしれない。いくら生きたいと願っても生きられない人もいます。今の今を生き抜くこと、精一杯生き抜くことこそが人としての生き方のように思います。

私は自分の20年を支えてきてくれた社会に対して貢献していきたいと考えています。そのために、今大学で法律の勉強をしています。社会に貢献するためには、まず社会の基盤となる法律を学ぶことが必要だと考えたからです。成人を迎え、自分たちが人々に社会に、孝行する番がやってきました。これからは、一人の大人として、一人の男として社会を支える大きな一員となれるよう胸を張って生きていきます。

図書館へ行こう!

東御市立図書館 ☎64-5886

9月のテーマブック 【月・星・宇宙】

9月は一番美しいお月さまが見える時期ですね。

●満月をまつて

メアリー・リン・レン：文
バーバラ・クローニー：絵
掛川恭子：訳
あすなる書房



●愛は空いつぱいのお星さま

デビ・グリオリ：作
山口文生：訳
評論社



◆新着本案内◆

◆一般書

- 鳳凰の黙示録……荒山 徹・著
- ダツシユ……五十嵐 貴久・著
- 絵本の力がわが子を伸ばす!
……あきひろ・著
- 手にとるように経済がわかる本
……三菱総合研究所・監
- 冷凍保存でムダなし!節約おかず
……学研・発

◆児童書

- みなとのチビチャーナ
……山下 明生・文
- ピーポポ・パトロール
百本きゅうりのかっぱのやくそく
……柏葉 幸子・作
- 上州島村シルクロード
……橋本 由子・作
- いねむりおじいさんとボクくん
いのちのもりで
……やなせ たかし・絵
- にじいろのさかな
うみのそこのぼうけん
……マーカス・フィスター・絵

◆行事予定◆

おはなしたまごによる

- 9月のおはなし(子ども会)
- 日時 9月12日(土) 午前10時30分
- 場所 市立図書館2階読書会室
- 内容 牛乳パックシアタ 「たたくとポン」
エプロンシアター 「まるまるなあじ」
絵本 「おつきさまってどんなあじ」他
- 語り 「おつきさまのおはなし」
- 工作
- 9月11日(金)はおはなし会があります
- 時間 午前10時30分
- 場所 子どもフロアー
- 対象 就園前のお子さん

図書館だより

新設コーナーのお知らせ

市立図書館では新たに「雷電と相撲コーナー」と「大人も楽しめる絵本コーナー」を設置しました。

「雷電と相撲コーナー」には、郷土が誇る無双力士・雷電為右衛門に関する資料及び相撲に関係した資料を一室に展示しています。場所は、二階に上がる階段の踊り場にあります。次に、「大人も楽しめる絵本コーナー」には、大人の方が読んでほしい、心が癒される本を選んでみました。場所は、図書館入口の大活字本横のスペースです。

「こんな絵本もいいのでは」というものがありましたら紹介いただき、どちらのコーナーにも是非足を運んでいただきたいと思います。



▲雷電と相撲コーナー

図書館発

オススメの一冊

● 浅井三姉妹物語 花々の系譜

畑裕子・著
サンライズ出版

戦乱の世に気高く咲いた花々。信長の妹お市と浅井長政の娘たち、茶々、初、小督は、秀吉や家康、三成らと絡みながら歴史を彩ってゆく。浅井三姉妹の波乱万丈な人生を、二女・初の目線で追った近江戦国物語。



● こぶたのぼうぶらはほんとにぼうぶ?

あまんきみこ…作
武田美穂…絵
教育画劇

自転車で泥んこ道を走っていたぼうぶは、転んで泥まみれに。すると、森のおおかみや、ともだちのこんたに「おばけ」と言われてしまった。ぼうぶは「ぼく、こぶたのぼうぶだよね。」と心配になってしま…。



9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>

『悪質商法からお財布を守る』

悪質な業者による 学習補助教材販売トラブル

学習補助教材を販売する業者が、

「学校に辞書を納入している業者です」と信用させ、「教材代金を一括現金で支払うと割引をする」などと言って、わが子を思う親心を巧みに利用し現金を支払わせるが教材を送ってこない。さらに、解約を申し出て返金を求めても返金されない。返金すると約束しても、返金しないという極めて悪質な業者によるトラブルが発生しています。

【アドバイス】

①セールスマンが訪ねてきたら、必ず販売目的を聞き、不要であれば「お断りします」とはっきり断ること。訪問販売では必ず販売業者の氏名・名称と訪問の目的（何の商品の販売で）を告げることが義務づけられています。

②学習用教材の契約は、「教科書に沿ってできている」などのセールストークに惑わされることなく、家族とよく相談してから契約しましょう。

③契約するときは必ず契約書面に書

かれて内容（どんな教材か・価格・商品はいつ届くのか・役務が付いているか）などをよく確認してから契約しましょう。

④電話勧誘販売や訪問販売での契約は、契約書面を受け取った日から8日以内であれば無条件で解約できます。

⑤トラブルが生じたときは、早めに相談してください。

⑥販売業者に返金の交渉をしても、全く返金されない場合は、裁判所に支払督促の申立てをすることも警察にも被害届を出すようにしましょう。

（県企画部消費生活室より）

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

心の眼

(64)

人権同和教育指導員
土屋 文彦

強い願いに立つ体験発表者
—発表者の思いを生かすために—



これまでいろいろな体験発表を聞いて研修する機会がありました。体験者から直接話を聞くことは思いがよく伝わり、自分も話してくれる人の体験に深く共感し考えさせられました。

さまざまな問題について体験を通して訴えることは共感を得る上で有効なことです。しかし、体験を話す人にはよほどの決意とある種の信念が無ければできないことだと思えます。どんなに肉体的に辛いものであってもそれが報われた場合はよいのですが、人権問題など精神的な辛さが伴うものは、話す人にはよほどの決意があると思えます。

広島、長崎における被爆体験者はよく言っています。自分が見た地獄絵のようなことは思い出したくない。また、シベリアに抑留された人々も体験はあまり語りたくないと言います。これは部落差別をはじめ、さまざまな被差別体験を持つ人も同じだと思えます。しかし、体験発表をしてくれる人たちは、二度とこのような悲劇が起きないために、その

事実を広く社会に伝えなければならぬという使命感を持って、辛い体験を話しています。

子どもがはじめにより死に至った事件を聞いたとき、世間ではよく「死ぬ前に親か誰かに一言辛さを話していてくれれば。」と悔やみますがそう簡単ではないようです。高校生がはじめを受けた体験を作文で次のように書いています。「ひどいじめを受けたとき、いじめられている惨めな自分を他人には語れない」と。人には惨めな自分を認めたくないという自尊心を守るための、ぎりぎりの自分との闘いがあるのです。

このようなことを考えると、聞く人は、自分との葛藤を乗り越え、不幸なことが二度と繰り返されないようにという強い思いで話してくれる体験者の願いを、正面から受け止めなければなりません。そして、同じような不幸が繰り返されないためにはどうしたらよいか真剣に考え、小さなことでもよいので日常生活で問題解決に繋がる取り組みを考え、実践に移すことが重要だと思えます。

shin-taiの「おぼつと耳ぶらな話」 18

身体教育医学研究所 指導主任 渡邊 真也

幼児期に練習しなければ身につかない技術

新生児にみられる反射運動(例: 赤ちゃんの手のひらに指や物を置く)と握る動作)は、練習をしなくても行うことができるようになりますが、他のほとんどの動作は、それらを習得するためにはある程度の練習が必要です。歩くことも6〜7歳までの数年間の練習を必要としており、その間に脳・脊髄を構成する神経系が発育し歩く動作が習得できる訳です。歩くことは幼児期にとっても生活上必要であり、毎日くり返し行う動作ですが、他の基本動作(からだを丸める、鉄棒にぶらさがる・ぶらさがってまわる、木に登る・下りる、ボールを投げる・蹴る等)は、機会がなければ行わない「非日常的動作」です。このような「非日常的動作」は6歳頃までに体験しないと、それ以降成長にともない獲得できるはずの新しい技術を獲得することが困難になるという研究報告があります(Brown, 1990)。すなわち「育ち盛りは2度と繰り返せない」、体験しないことだからだの使い方が下手で、巧みな動きが苦手な子どもに成長してしまうということです。



を動かす楽しさを伝えていきましよう。

昔は与えられなくても、自然と遊ぶことができた子ども社会ですが、現代は治安問題や核家族化、あそび場の減少等様々な問題により、からだを動かして遊ぶ機会がどんどん減っているのが現状です。このため、家庭、保育園、幼稚園、地域の人たちの協力で幼児期に様々な動作を体験させ、反復する環境を積極的に与えることが必要となっています。

研究所では今年度から市内の公立保育園全園と連携して、からだを育む「運動あそび」を楽しく行っています。この活動が少しずつでも実を結び、子どもたちの生きる力を育む基盤となることを期待して活動していきたいと思います。また、ご家庭でも親子水いらずで楽しく運動をする時間を設け、まず親が楽しみ、体を動かす楽しさを伝えていきましよう。

分館対抗球技大会の結果

- 沓津地区 (6月14日(日) 開催)
 - (ソフトボールAブロック)
 - 優勝 新屋
 - 準優勝 東町
 - 3位 出場
 - (ソフトボールBブロック)
 - 優勝 新張
 - 準優勝 西宮
 - 3位 伊勢原
 - (ビーチボール)
 - 優勝 出場
 - 準優勝 金井B
 - 3位 新張A
 - 3位 西宮B
 - (マレットゴルフ)
 - 優勝 西宮
 - 準優勝 伊勢原
 - 3位 新屋
 - (ゲートボール)
 - 優勝 西宮B
 - 準優勝 西宮A
 - 3位 姫子沢
- 滋野地区 (6月28日(日) 開催)
 - (ソフトボール)
 - 優勝 乙女平
 - 準優勝 片羽
 - 3位 桜井
 - 3位 別府
 - (ビーチボール)
 - 優勝 原口B
 - 準優勝 別府
 - 3位 片羽A
 - (マレットゴルフ)
 - 優勝 別府A
 - 準優勝 桜井A
 - 3位 大石A
- 和地区 (7月5日(日) 開催)
 - (ゲートボール)
 - 優勝 片羽B
 - 準優勝 赤岩A
 - 3位 赤岩B
 - (ソフトボール)
 - 優勝 日向が丘
 - 準優勝 曾根
 - 3位 東上田
 - (ビーチボール)
 - 優勝 日向が丘B
 - 準優勝 田沢A
 - 3位 寺坂B
- 北御牧地区 (7月26日(日) 開催)
 - (360歳野球)
 - 優勝 御牧原南部
 - 準優勝 布下
 - 3位 畔田
 - 3位 下八重原東部
 - (八重原グラウンド)
 - 優勝 上八重原
 - 準優勝 大日向
 - 3位 中八重原
 - 3位 御牧原北部・御牧台
 - (中央公園グラウンド)
 - 優勝 島川原
 - 準優勝 宮
 - 3位 羽毛山
 - 3位 本下之城
 - (ソフトバレーボール)
 - 優勝 下八重原B
 - 準優勝 大日向B
 - 3位 島川原
 - 3位 下八重原A
 - (マレットゴルフ)
 - 優勝 下八重原東部
 - 準優勝 上八重原
 - 3位 本下之城
- 田中地区 (7月12日(日) 開催)
 - (ソフトボール)
 - 優勝 常田
 - 準優勝 城ノ前
 - 3位 県
 - 3位 本海野
 - (ビーチボール)
 - 優勝 本海野

税のワンポイントアドバイス

軽自動車税について

Q 知人に原動機付バイクを譲ったのに「軽自動車税納税通知書」が届いたがどうしてですか？

A 軽自動車税は、4月1日（賦課期日）現在、原動機付自転車、軽自動車を所有している方に課税されます。そのため、4月2日以降に廃車や譲渡をしたとしても、その年度は税金を納めていただくことになります。4月1日以前に譲ったにもかかわらず納税通知書が届いた場合は、廃車や名義変更等の手続きをしていないことが考えられますので、至急手続きをしてください。

なお、排気量が125cc以下のバイク、トラクター等の農耕車、小型特殊車両、ミニカーについては、市役所税務課住民税係、北御牧庁舎地域振興係で手続きすることができます。それ以外の軽乗用車、軽貨物車等については自家用自動車協会、または現住所地管轄の陸運事務所まで手続きをしてください。

Q 軽自動車を買って替えました。これまでの車については身体障害者減免を受けていたのですが、今までどおり減免を受けられますか？

A 身体障害者減免については、普通車と軽自動車を含わせて1人1台についてのみ、その所有する車両について減免を受けることができます。問い合わせのように軽自動車を買って替えられた時には、新たに減免申請をすることにより、減免を受けることができます。

●問い合わせ先 税務課収税管理係 ☎62-1111(内線1181)

まるごと生活百科

9月の納税 (納期限 9月30日)

- 固定資産税・都市計画税 (3期)
- 国民健康保険税 (普通徴収) (4期)
- 後期高齢者医療保険料 (普通徴収) (3期)
- 介護保険料 (普通徴収) (3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7月の出動件数＝

火災 1件 (16件) 救急82件 (561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

市内交通事故統計 7月分



7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	11(72)	1(4)	12(76)	-3(-41)
傷者	16(90)	2(7)	18(97)	-1(-54)
死者	0(0)	0(1)	0(1)	±0(±0)

とうみの気象記録 (東御消防署調べ)

	平成21年7月	平成20年7月
最高気温	35.4℃ (15日)	36.6℃ (26日)
最低気温	16.8℃ (11日)	15.1℃ (1日)
平均気温	23.5℃	24.8℃
平均湿度	69.5%	76.9%
降水量	137.0mm	84.0mm

KATEKYO 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GMで活躍中
立川志の輔

無料教育相談実施中

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 オールナンバールワン

0120-00-1111

このフリーコールは最密の事務態につながりますが、携帯電話からはつながりませんのでご注意ください。

— 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

解約料、年会費、選抜料なし
電話勧誘、教材販売なし

〈広告欄〉



容器包装プラス チックの分別 その2

前回は容器包装プラスチック(以下「容プラ」)をリサイクル業者に引き渡す際の検査で基準以下であったため、引き渡し継続のためには品質の向上(容プラ以外のものが混入しない)を図る必要があるというお話をしました。今回も引き続き容プラの分別の徹底をお願いするお話です。

容プラは、運送用パレットや擬木、杭などにリサイクルされます。リサイクルの妨げにならないよう、次の点に注意してください。

- 汚れの付着が無いよう
- 食べ残しや固形物、液状物が付着しているものは入れないでください。菓子袋なども数回振りお出しくだ

さい。

- ケチャップやクリームなど付着している汚れは、洗いおけのため水などで洗い流すか、新聞紙などで拭き取ってお出しください。
- サラダ油などの容器や油成分を含む調味料の容器は、使い切り、新聞紙などの上に逆さにして置き、中身が出なくなったらお出しください。

なお、汚れが落ちない、あるいは落とせない容プラは、違う分別になりますので容プラの指定袋には絶対に入れないでください。

○異物は混ぜない
容器包装以外のプラスチック製品や金物、ガラス製品、紙類、布類は容プラではありません。処理方法も違いますので容プラの袋に混ざらないよう分別をお願いします。

生ごみは水分を切って

毎年夏のごみは水分の割合が多いため、焼却炉の安定燃焼のため燃焼用の重油を多く使用してしまいます。ご家庭から生ごみを出す際は、「もうひと振り」または「もうひと絞り」水分を切ってから出してください。

国民年金アドバイザー

任意加入をして 年金を増やしま せんか

○20歳から60歳までの40年間に、保険料の未納や年金制度への未加入などがあり、老齢基礎年金を満額受給できない

○60歳までに老齢基礎年金の受給資格期間(25年)を満たしておらず、年金が受給できない

このような方は60歳以降も国民年金に加入することで、老齢基礎年金の受給額を満額に近づけたり、老齢基礎年金の受給権を確保したりすることができま

す。これを「任意加入」と言います。

任意加入できる方
次の①から④のすべてに該当する方が任意加入できます。

①60歳以上65歳未満の方。
ただし、65歳まで任意加入しても年金受給資格期間を満たせない方で、昭和40年4月1日以前に生まれた方に限っては、70歳まで任意加入できます。

②20歳から60歳までの年金保険料の納付月数が480月未満の方。

③厚生年金や共済組合に加入していない方。

④老齢基礎年金を繰り上げ受給していない方。

手続き場所
市役所市民課国保年金係
ただし、年金受給資格期間を満たすために任意加入を希望する方は、小諸社会保険事務所へご相談ください。

手続きに必要なもの

- ・年金手帳
- ・印鑑
- ・預金通帳

・通帳の届出印
※年金受給資格期間に含めることができる期間(共済組合加入期間や海外居住期間等)がある方は、ほかに必要な書類があります。

事前に社会保険事務所に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
☎0267-2211080
市役所市民課国保年金係
☎62-11111
(内線1231)

東御市民の6.0人(件)に1人が加入しています!

全国のご加入者**1,792万人(件)!**
(すべての共済事業の合計/21年5月末現在)
長野県民の**6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。

生命共済	こども型
満18歳~満60歳 未満の健康な方	満18歳未満の 健康なお子様
総合保障型	熟年型
満60歳~満69歳 までの健康な方	満60歳~満69歳 までの健康な方
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20年度の割戻率(長野県民共済実績)

総合保障型 27.50%	こども型 25.25%
熟年型 35.26%	新型火災共済 45.32%

※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)。この出資金は組合退社時にお戻しします。

長野県民共済 [上田] ☎0268-24-3985(代) 資料請求はホームページからどうぞ。

〒386-1104 上田市福田下田9-33 FAX 0268-24-3902 **長野県民共済** 検索

www.nagano-kyosai.or.jp/

共済元金団体/厚生労働省認可 長野県民共済生活協同組合 http://www.kyosai-cc.or.jp/

SBCラジオ 県民共済提供「YES! 県民共済」聞いてねるよ! 毎週日曜18時~19時(15分)放送

口座振替取扱金融機関 〓掛金の口座振替については金融機関から呼びかけを確定し、お申込みの届出書にてお申込みの口座を指定してください。

八十二銀行 ゆうちょ銀行

検索から http://kyo-sai.jp/nagano/ 携帯サイトのバーコード

(広告欄)



▲全国大会・北信越大会に出場する選手の皆さん

東部中学校 柔道、陸上、水泳で 全国大会、北信越大会へ！

7月31日、中学校総合体育大会・全国大会及び北信越大会に出場する生徒たちが花岡市長を訪ねました。

全国大会出場を決めたのは、齊藤雄高さん（柔道個人55kg級）と出口武志さん（陸上3000m）の2人。北信越大会へは、濱田翔さん、齊藤雄高さん、田中佑希さん、渋谷亮太さん、小林勇輝さん、須貝健太さん、鷹野仁さん（柔道団体戦・濱田さんは個人55kg級へも出場）、出口武志さん（陸上3000m）、原田慎太郎さん（水泳200mバタフライ）が出場します。

3年生にとっては最後の大会となるため、悔いの残らない大会にしたいと話していました。

交通安全への思い手紙に乗せて 交通少年団夏の研修会

7月25日、市交通少年団は夏の研修会を行いました。研修会活動として「交通安全レター作戦」を道の駅雷電くるみの里で行い、道の駅を利用する皆さんに団員たちが交通安全への思いを手書きしたメッセージを手渡しました。県外ではすでに夏休み期間ということもあり家族づれでにぎわう中、「交通安全お願いします。手紙読んでください」と声をかけながら手分けして配布していました。

午後は、自転車の正しい乗り方について学び、周りの模範とされるよう真剣に取り組んでいました。



▲メッセージを手渡す団員



▲くす玉を割りお祝い（前列左が菅原さん）

くるみが縁で200万人目 道の駅雷電くるみの里来館者200万人突破

8月9日、道の駅雷電くるみの里の来館者が平成15年9月開館より200万人に到達しました。売店と食堂どちらかのレジへ200万人目に訪れたのは、菅原慶司さん夫妻（名古屋）と若林袈裟雄さん（藤岡市）、新たなスタートとなる200万1人目は峯村恵津子さん（千曲市）と清水繁喜さん（市内田中）で、記念セレモニーにおいて記念品が贈られました。

200万人目の菅原さんは、近所にあるくるみ木の件で市へ問い合わせたところ親切に対応してくれたことに感動し、初めて東御市を訪れたと言い、今回の幸運を驚喜していました。

おらほのビールがより身近に 振興公社がホップ収穫体験を開催

今年4月より（株）信州東御市振興公社では、地ビール醸造用ホップの栽培をレストランOHILA!HOの前で試験的に行ってきました。8月16日、収穫の適期を迎えたことから地域の皆さんに収穫の体験してもらおうと参加者を募集、市内及び近隣市町村から18名が集まりホップ収穫体験が行われました。参加した皆さんは夏の陽射しを受けながら、さわやかなホップの香りに包まれ日頃はできない作業に取り組み、終了後は記念にホップの実やつるを持ち帰りました。

今回収穫されたホップは、“ピエール・ド・雷電”秋仕込み（インディア・パールエール）に使用する予定です。



▲ホップの香りに包まれ作業が行なわれました



14番目の災害協定 長門運輸(有)がクレーン作業を提供

8月6日、市と長門運輸有限会社（上田市・齋藤正一社長）とで災害時における大型クレーン作業の提供に関する協定が結ばれました。今回の協定締結により、災害時に長門運輸が人員とともに所有する大型クレーンで倒壊した建物などの撤去作業や、災害復旧の応援に当たります。花岡市長と協定書を取り交わした齋藤秀明常務は「市内和にある営業所など地域でお世話になっている恩返しがあった。災害時には迅速な対応ができるよう体制を整えておきたい」と話していました。

市では他に、災害時の飲料水提供や物資輸送の応援など13項目の協定を結んでいます。

地域がふれあう青空朝市

8月12日、北御牧地区活性化研究委員会が主催する第24回親子ふれあい青空朝市が北御牧グラウンドで行われました。



朝の清々しい空気に包まれた会場には地域でとれた新鮮な野菜やお盆用の花などが並び、家族づれや帰省した皆さんでにぎわいました。

野球少年たちが友好交流

8月13日、大田区の少年野球チームが夏の合宿で東御市を訪れ、市内の少年野球チームと中央公園グラウンドで交流試合を行いました。



毎年行われているということで、試合は真剣な中にも和やかさが感じられ、普段は別々の地域で活躍する野球少年たちがグラウンドの外でも交流を深めていました。

自然や動物とふれあいスケッチ

8月22日、芸術むら公園でスケッチ大会&アートチャレンジが行われ、参加者やチャレンジコーナースタッフなど約450名が集まりました。



参加者は、芝生広場に配置されたミニブタや陸ガメなど観察し、実際に触れて感触を確かめながら絵を描いていました。

やえはらデイサービス『みはらしの郷』が竣工

8月25日、(福)みまき福祉会がアートヴィレッジ明神館近くに建設を進めてきた「やえはらデイサービス・みはらしの郷」の完成を祝い竣工式が行われました。



明神館と源泉を共有した浴室や足湯があり、9月1日より事業が開始されます。

みはらしの郷
☎67-1555

できごとと短信

8・1 ▼ 滋野公民館書道講座「写経教室」(滋野コミュニティセンター)



8・2 ▼ アケボノゾウの会・川原観察会 (千曲川化石発掘現場)



8・3、5 ▼ 生涯学習市民大学夏期講座「環境講座」考える・実践する・体感する (中央公民館ほか)



食による地域づくり

とらふみ食育の里 ⑥

郷土料理を伝えていきたい

『初めてのおやき作りで、トドモキ
 だったけど上手にできました。生地
 に具を入れて包むところが、具が出
 ちゃっておぼろしかったんです。食べ
 てみたらおいしかったです』

『初めてのおやき作りでした。具
 を入れて丸めるところがおぼろしくし
 かったです。お母さんがおなかの中
 に赤ちゃんがいて入院しているから、
 病院へ作ったおやきを持って行って
 お母さんと弟と私の3人で食べまし
 だ。とてもおいしくできていてよ
 かったです』

昔のおやつ作りクラブを行った時
 の子ども達の感想です。このような
 活動に関わる中で、郷土料理を地域
 や子ども達に伝えていくことの大切
 さを感じています。

かつては、自分の作った旬の食材
 を調理し食する、地産地消が暮らし
 の基本でした。現代の食生活を見直
 し自らの健康は自ら守るためにも、

昔はどのような食生活をしていたの
 かを探り、古き良き食生活を伝えて
 いくことが大事と考え、15名で「郷
 土料理研究会」を立ち上げました。

地域の郷土料理や行事食、地域の
 人々の暮らしの知恵により今日まで
 作り続けられた料理、あまり作られ
 なくなってきた手作り料理のおいしさの
 掘り起こしも行います。季節ごと旬
 の食材を使いレシピを作り、郷土料
 理の良さを見直し、地域の食文化を
 次世代へ継承していこうということ
 で始めています。こうした食を通し
 ての活動が少しでも地域の活性化に
 つながれば良いと考えています。



▲地域の子どもたちとの関わり

各地域の伝承料理（ふるさとの味）
 などを多くの皆さんに寄せていただ
 き、より充実させていきたいと願っ
 ていますので、地域の皆さんのご協
 力・ご支援をよろしく願います。

食生活改善推進員
 郷土料理研究会 田口 文子



編集後記

▼8月22日、芸術むら公園梅野
 記念絵画館脇の雑木林に建設中
 だった『ツリーハウス』がスケツ
 チ大会のイベントにあわせて完
 成披露がされました。▼目をキ
 ラキラさせて登っていく子ども
 たちの姿を見て、私が小学生の
 ころ友人と河原の流木を集めて、
 家から持ち出した工具で作った
 “秘密基地”を思い出しました。
 3人が体を丸めてなんとか入れ
 る程度のものでしたと思いきや
 が、その小さなスペースはおや
 つを持ち込み、つまらない話も
 楽しくなる自慢の場所でした。
 そして今、その基地がどうなっ
 たのか覚えていませんが、楽し
 く過ごした時間だけははっきり
 と思い出しました。▼高さ3m
 のツリーハウスが上がってみる
 と地上とは全く違う爽やかな空
 気に包まれています。ここで遊
 んだ子どもたちに愛され楽しい
 思い出が作られる基地になっ
 てほしいと感じました。

(市報担当 大塚)



人の動き

(8月1日現在)

世帯数

11,461世帯(-5)

総人口

31,802人(-6)

男 15,598人(-11)

女 16,204人(+5)

転入 86人(+5)

転出 97人(+5)

出生 23人(+1)

死亡 18人(-8)

※カッコは7月対比