市報
No.66

とうみ

2009
10月号

○新型インフルエンザに注意しましょう・・2～3
○花いっぱいコンクール受賞作品・・・・・4～5
○コミュニティＦＭ開局に向けて・・・・・6～9
○平成20年度東御市一般会計決算・・・・・10～11

いい音ごるかな？

「フーと吹いてごらん」の先生の声に、一生懸命作った笛に息を吹き込む子どもたち。音が出ると満足の表情、得意げに何度も笛を吹いていました。

新型インフルエンザに注意しましょう!!

今回の新型インフルエンザは、これまでのところ感染した多くの方は軽症のまま回復していますが、基礎疾患を有する方や、妊婦さんなどでは、重症化するおそれもあります。

次のことにご注意いただき、感染予防に努めてください。

急な発熱と咳（せき）やのどの痛みがある「新型インフルエンザかもしれない」と思ったら・・・

1．インフルエンザの症状

・急な高熱と、咳（せき）やのどの痛みなど

2．発熱などの相談・医療機関の受診について

・かかりつけ医など最寄りの医療機関で診療が受けられます。

・発熱などで医療機関を受診する際は、あらかじめ医療機関へ電話をして、受診方法などを確認してください。

・受診するときは、必ずマスクを着用してください。

3．基礎疾患（※1）がある方・妊娠している方へ

・日頃から、発熱したときの受診方法などを、かかりつけ医に相談しておきましょう。

・インフルエンザの症状がみられた時には、かかりつけ医などに必ず事前に電話で連絡し、マスクを着用して受診しましょう。

（※1）慢性呼吸器疾患・慢性心疾患・代謝性疾患（糖尿病等）・腎機能障害・免疫機能不全（ステロイド全身投与等）等のある人。

4．療養について

・新型インフルエンザに感染した場合、重症及びその危険性がある方は、入院して治療することになりますが、症状の軽い方は自宅で療養していただくことになります。

家族や職場の同僚が新型インフルエンザと診断された「私も新型インフルエンザに感染しているかも」

家族などが感染して１週間程度の間に発症しなければ大丈夫

この間に発熱と咳（せき）やのどの痛みなどの症状が出たら、まず、医療機関又は保健所に電話して、受診が必要かどうかを相談しましょう。【上田保健所　☎25－7148】

新型インフルエンザと診断された方と同居している方	ぜん息や糖尿病などの基礎疾患がない場合	発症を予防する薬を飲む必要はありません。できるだけ外出を自粛してください。１週間程度して発症しなければ大丈夫です。その間に発熱と咳（せき）やのどの痛みなどの症状が出たら、まず、医療機関又は保健所に電話して、受診が必要かどうかを相談しましょう。
	ぜん息や糖尿病などの基礎疾患がある場合	医師の判断により発症予防のため薬が処方される場合があります。まず、かかりつけ医師に電話で相談しましょう。できるだけ外出を自粛してください。１週間程度して発症しなければ大丈夫です。その間に発熱と咳（せき）やのどの痛みなどの症状が出たら、まず、医療機関又は保健所に電話して、受診が必要かどうかを相談しましょう。
上記以外の方（学校や職場で、新型インフルエンザと診断された方がいるなど）		発症を予防する薬を飲む必要はありません。学校や職場の指示に従いましょう。基礎疾患がある方は念のためかかりつけ医師に相談しておきましょう。１週間程度して発症しなければ大丈夫です。その間に発熱と咳（せき）やのどの痛みなどの症状が出たら、まず、医療機関又は保健所に電話して、受診が必要かどうかを相談しましょう。

正しい手洗い方法

手洗いで洗い残しが多いところ主に以下の部分です。
特に念入りに洗うように心がけましょう。

洗う前の準備

◆爪は短く切っていますか
◆時計や指輪をはずしていますか

（1）
石鹸を泡立て、手のひらをよくこする

（2）
手の甲を伸ばすようにこする

（3）
指先・ツメの間を念入りにこする

（4）
指の間を洗う

（5）
親指と手のひらをねじり洗いする

（6）
手首も忘れずに洗う

（7）石鹸を洗い流し、清潔なタオルで拭き取って乾かす

正しいマスクの着用と使い方

不織布（ふしょくふ）製マスクを推奨します
新型インフルエンザ発生時に使用する家庭用マスクとしては、ガーゼマスクではなく、フィルター効果の高い不織布製マスクの使用を推奨します。

（1）鼻の形に針金を合わせて着用してください
・マスクを鼻にきちんと当てて、隙間が生じないように針金を折り曲げてください。
・隙間が空いていると、フィルター効果が半減します。

（2）あごを包むようにあごまで掛けてください
・鼻の部分を片手で押えながら、あごを包むようにマスクを下まで伸ばしてください。
・隙間ができないように肌に密着させてください。

（3）不適切な着用例
・鼻を覆わないとマスクの効果が半減します。
・きちんと鼻までマスクをし、肌に密着させてください。

（4）正しいマスクの使用方法
・不織布製マスクは原則使い捨てであり、1日1枚を目安に使用してください。
・マスクの表面は、使用中あまり触らないようにしてください。

（5）使い終わったマスクの廃棄方法
・表面に触れず、新聞紙で包むなどして廃棄してください。廃棄後は、手洗いや手消毒を行ってください。

●問い合わせ先　東御市役所　総務課　総務係　☎62－1111　・　健康保健課　保健係　☎64－8885

第6回 東御市 花いっぱいコンクール受賞作品

最優秀賞（個人の部）

田中（たなか） 富代（とみよ）さん（金井）

自宅玄関前に「緑の中に」をイメージに、赤と白を中心とした花が配置され、華やかで見ごたえのある作品になっています。様々な種類のプランターが立体感を持って配置されています。

最優秀賞（団体の部）

コトヒラ工業㈱（桜井）

５種類の花を使って虹のアーチを作ったデザインや明るい花の彩りが、花の美しさを演出しています。管理状態もすばらしく、工業団地内で多くの人の目を楽しませてくれる美しい花壇です。

優秀賞

ビューティーフラワーズ（上八重原）

千曲ビューライン沿いの花壇に、ニチニチソウ、ベゴニア、コリウス等が色とりどりに植えられています。傾斜地を利用した花壇は、見る位置で表情が変わる見ごたえのある花壇となっています。

海善寺北区美化推進委員会（海善寺北）

浅間サンライン沿いの花壇に、種から育てられた見事なケイトウが高さや色のバランスを考えボリュームたっぷりに配置され、毎年ドライバーの目を楽しませています。サルビアやマリーゴールド等もケイトウの脇を固めています。

千曲ビューラインの花（上八重原）

千曲ビューライン沿いの２つの花壇に色とりどりの花がきれいに植えられています。２つの花壇のバランスにも配慮され、かわいらしく、かつ、華やかな花壇となっています。

上八重原区（上八重原）

今年初参加の作品です。古電柱を再利用して公民館の敷地に作られた花壇に、インパチェンス、コリウス等が植えられ、ボリューム感を出しています。管理状況もよく、心和む花壇です。

入　賞

日向が丘第７支区（日向が丘）

公園内の円形の花壇を中心に、その周りにサルビア、ケイトウ等、公園全体に様々な花が植えられており、非常に華やかな、管理の行き届いた花壇です。

星合（ほしあい）　典子（のりこ）さん（海善寺）

朝顔が２階ベランダに伸び、そのほかに赤、白、ピンクを中心に様々な花が花壇やプランターにセンスよく配置され、彩りのあるお庭を演出しています。

竹内（たけうち）　吉代（きちよ）さん（大石）

自宅の玄関先に、挿し木から育てたコリウスを中心に、プランターがきれいに配置されています。コリウスの鮮やかな葉の色が玄関先を美しく飾っています。

下村（しもむら）　和彦（かずひこ）さん（大川）

家の敷地全体が、プランターや花壇等に植えられた様々な花で囲まれており、芝生や木々の緑と美しく調和したすばらしい庭園です。

白石（しらいし）　幸男（ゆきお）さん（東上田）

軒下にあるオキナワスズメウリのグリーンのカーテンと、プランター等に植えられた赤、紫などの花が調和して、庭先を華やかに彩っています。

睦区（睦）

区民全体で協力して、団地の周囲が美しい花で囲まれています。メインの花壇にも色とりどりの花が工夫して配置され、通行人の目を楽しませています。

今年の花いっぱいコンクールには、22点の応募がありました。専門家など７名の審査員により厳正な審査を行い、12点の受賞が決定しました。今年も花いっぱい運動により整備された花壇は、私たちの目を楽しませ、地域のコミュニケーションの場になっています。

●問い合わせ先　建設課都市計画係　☎64－5914

コミュニティ放送局の開局をめざして

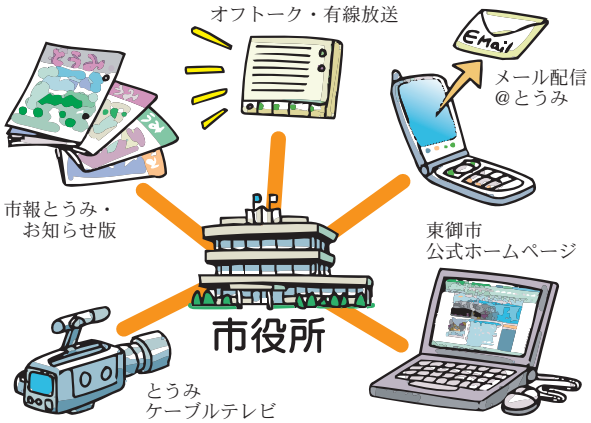
とうみFM局

コミュニティ放送は、通称「コミュニティFM」と呼ばれる地域限定のFMラジオ放送です。市では、市民の皆さんへの新たな情報提供手段としてコミュニティFM局の開局準備を進めています。

東御市の情報提供システムの現状と検討の経過

現在、市役所から市民の皆さんにお知らせする主な情報提供手段は、市報とうみ（紙面）、オフトーク・有線放送・ケーブルテレビ（放送）、ホームページやメール配信（通信）の3つの方式に分かれています。

この中で、インターネットの普及により加入者が減少しているオフトーク放送と、施設の老朽化が著しい有線放送があります。どちらもサービスを開始してから10年以上が経過し、設備の維持管理が年々困難になっている現状から、市では新しい手段を検討してきました。

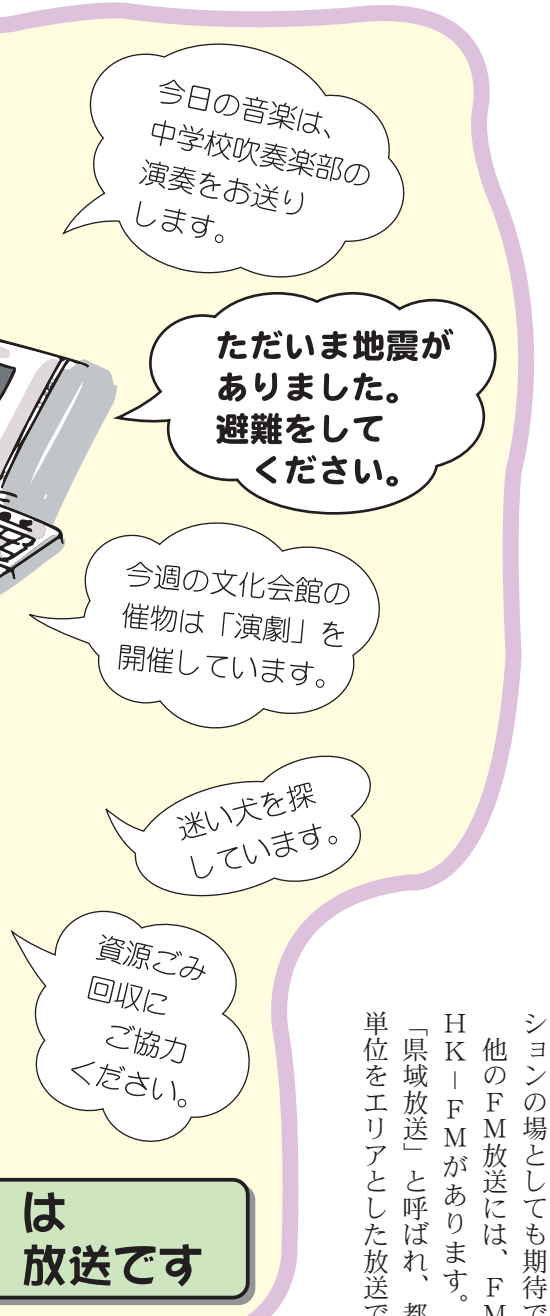


この「コミュニティFM」は、FMラジオがあれば屋内外や車内でも聞くことができます。無線方式のため、特に災害等緊急時にはリアルタイムで情報を提供することができ、効果的な情報提供手段として注目されていることから、市はコミュニティFM放送を新しい情報提供手段として位置付け、放送局の開設に向け準備、計画することとしました。

コミュニティFMとは

コミュニティFMとは、おおむね市町村の一部の区域をエリアとする超短波（FM）のラジオ放送です。聞こえる範囲が地域に限定されるため、地域のコミュニティ情報・行政情報・福祉医療情報・産業経済放送や、災害等の緊急情報などきめ細かな情報が提供でき、市民のコミュニケーションの場としても期待できます。

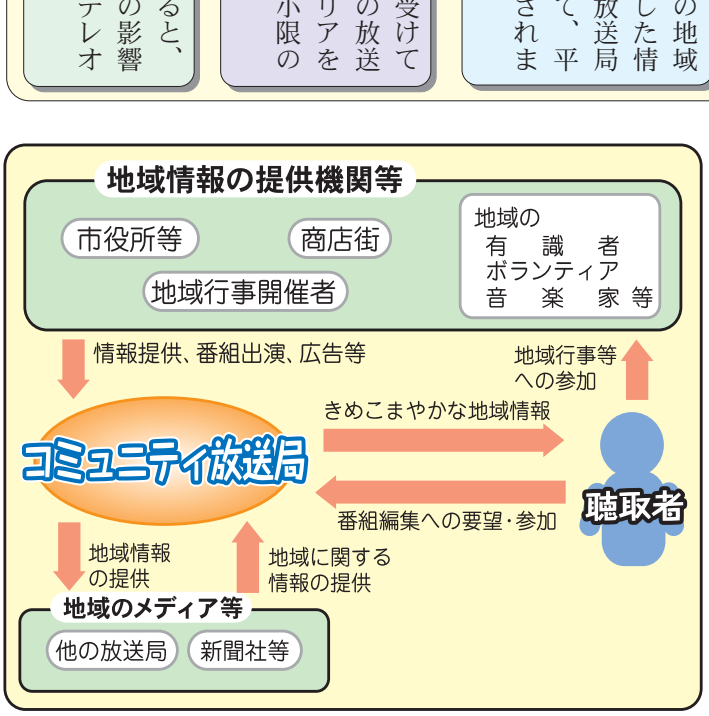
他のFM放送には、FM長野やNHK－FMがあります。これらは「県域放送」と呼ばれ、都道府県の単位をエリアとした放送です。

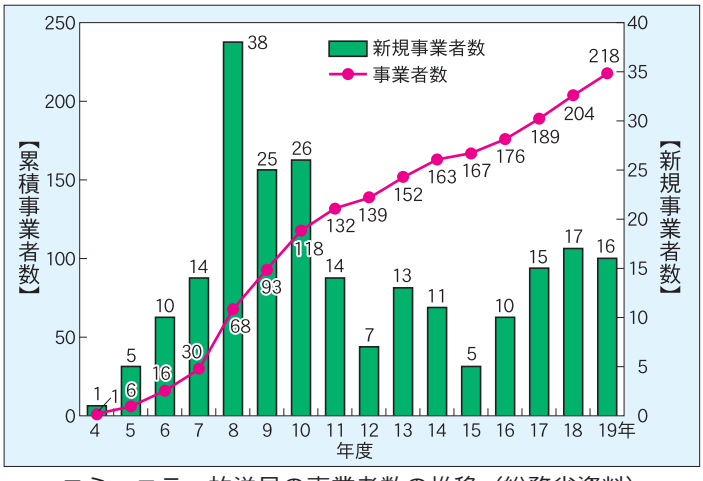


コミュニティFMと地域との連携

コミュニティFMの特徴

- 市区町村内の一部の地域において地域に密着した情報を提供する超短波放送局（FM放送局）として、平成4年1月に制度化されました
- 総務大臣の免許を受けて開局・運営する民間の放送局で、必要な放送エリアをカバーできる必要最小限のものとしています
- AM放送と比較すると、外国からの混信妨害の影響が低く、高品質のステレオ放送が提供できます
- 地域の特色を活かした番組や地域住民が参加した番組、緊急を要する細かな情報等の提供により、地域情報の発信拠点として、豊かで安全なまちづくりに貢献できます
- FMの周波数帯の電波を利用するため、一般に市販されているFMラジオで聴くことができます





コミュニティ放送局の事業者数の推移（総務省資料）

全国の開局数の推移

防災面で重要な情報提供手段となるコミュニティFMは、平成7年に発生した阪神・淡路大震災において、災害情報等がきめ細かく提供されたことなどをきっかけに急増しました。

コミュニティFM 地域限定のFM

※イラストはイメージです

国内や県内のコミュニティＦＭ局の状況

国内初のコミュニティＦＭ局は、北海道函館市にある「ＦＭいるか」で、平成４年12月に開局しました。その後、平成21年８月１日現在まで２３１局が開局しています。

県内には５つのコミュニティＦＭ局があります。

県内のコミュニティ FM局

名　　称	住　所	周波数	可　聴　エ　リ　ア
ＦＭぜんこうじ	長 野 市	76.5MHZ	長野市、須坂市、千曲市、中野市、飯山市の一部、山ノ内町、小布施町、高山村など
ＦＭ軽井沢	軽井沢町	77.5MHZ	軽井沢町、御代田町、小諸市の一部
ＦＭさくだいら	佐 久 市	76.5MHZ	佐久市とその周辺
ｉステーション	飯 田 市	76.3MHZ	飯田市とその周辺
エルシーブイＦＭ769	諏 訪 市	76.9MHZ	茅野市、諏訪市、岡谷市、下諏訪町、富士見町、原村の一部

FMさくだいらの放送は、東御市内の一部地域で聞こえることがあります。

防災面での有用性

県外のコミュニティＦＭ局の中には、地震などの災害緊急時に強制的に音声等を流すことができる「緊急告知ＦＭラジオ」を運用しています。

ラジオ局から特殊な電波信号を流すことにより、このラジオが自動的に起動して最大音量で放送したり、緊急ランプの点滅でお知らせしたりするものです。

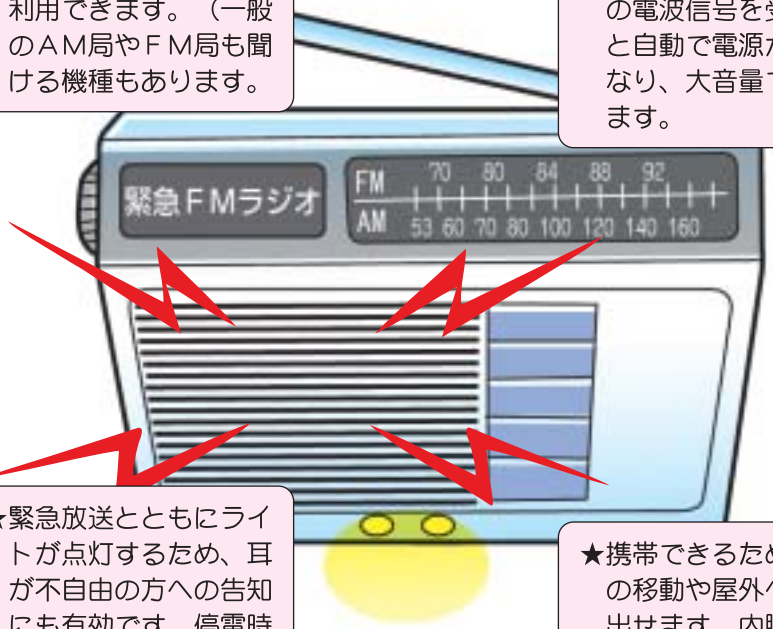
このように、「緊急告知ＦＭラジオ」は目に見えて耳に聞こえる機能を備えており、地域の安心・安全を守る重要なツールの一つとなります。

市ではこのラジオの導入と運用方法について研究をしています。

緊急告知FMラジオの例

★通常時は、コミュニティＦＭのラジオとして利用できます。（一般のＡＭ局やＦＭ局も聞ける機種もあります。

★電源がオフでも、コミュニティＦＭ局等からの電波信号を受信すると自動で電源がオンになり、大音量で放送します。



★緊急放送とともにライトが点灯するため、耳が不自由の方への告知にも有効です。停電時はライトとしても利用できます。

★携帯できるため、屋内の移動や屋外へも持ち出せます。内臓電池がきれるまで利用できます。

コミュニティＦＭ局開局に向けた市の取り組み

▼潜在電界調査の実施

平成21年３月に「潜在電界調査」を実施しました。この調査は、コミュニティＦＭ局が使用する周波数を国に割り当ててもらうため、76メガヘルツから90メガヘルツの周波数帯で空いている周波数を探すほか、既存の電波状況を事前に調査するものです。

▼開局コンサルティング業務等の委託

コミュニティＦＭ局は、一般のテレビやラジオの放送局と同様に、総務大臣の免許を受けて運営する民間の放送局です。市が事業主体となることはできないため、ＦＭ局の開局運営に必要なコンサルティング業務を委託し、開局の支援を行います。

▼コミュニティ放送研究懇話会を設立

コミュニティＦＭを含む新しい情報提供手段を検討するため、市では６月にコミュニティ放送研究懇話会（会長／長越修一氏）を設置しました。懇話会委員の構成は、市議会・商工観光団体・農協・放送事業者・一般公募者からなる10名で、７月29日にＦＭ局の開局運営に関する会議を行いました。

コミュニティFM局を視察

8月27日に開催した第2回懇話会では、最寄りのコミュニティFM局「FM軽井沢」と「FMさくだいら」を視察しました。それぞれの局で運営の考え方や手法が異なっていますが、共通する内容として、FM局の経営のノウハウや放送局として独自性を出すための取り組みを勉強しました。

▶FM軽井沢では放送事業の難しさについて教わりました

「コミュニティFM放送」セミナー開催

市民の皆さんにコミュニティFMの理解を深めていただくため、9月16日(水)、ラ・ヴエリテにおいて「コミュニティFM放送」セミナーを開催しました。

講師には、全国からコミュニティFM局の経営手法が注目されている山口県宇部市の「FMきらら」から井上悟(いのうえさとる)氏をお招きしました。井上氏はコミュニティFMを活用したまちづくりの展望について「東御市内という限られた放送エリアだからこそ、市内でいま起こっている出来事の情報や生活の知恵・お得な情報など、生の情報がリアルタイムに発信できる。そうすることで、コミュニティFMは市民の生活の中で必要不可欠な情報を受け取る手段のひとつとなり、聴取者同士の情報交換が生まれ、新しい地域のコミュニティが構築されていく」と有用性を述べました。

講演に続いてパネルディスカッションが行われました。パネラーとして花岡市長や市内外の関係者が参加し、コミュニティFMの開局に向けたまちづくりと地域メディアの活用について議論されました。

セミナー終了後、参加者から「防災も含め地域のみなさんの情報源として一番良い方法だと思いますので、今後もいろいろな人に理解していただき、開局に向けて進んでほしいと思いました」という意見が聞かれました。

▲FMさくだいらのスタジオ内でパーソナリティの雰囲気を勉強しました

◀講師の井上氏　エフエムきららでの具体的な内容に来場者は真剣に耳を傾けていました

▲5名のパネラーがそれぞれの立場で意見を交わし合いました

今後の予定

放送局の運営は民間企業である必要があります。この運営法人を設立するため、出資の募集を行うとともに、運営に必要な人材の確保と、運営経費の算出や番組の編成など、放送局の事業計画を策定したうえで国に免許申請を行います。

市ではこれら一連の業務に対して支援を行っています。放送局への出資や運営の参画に興味がある方は市役所へご相談ください。

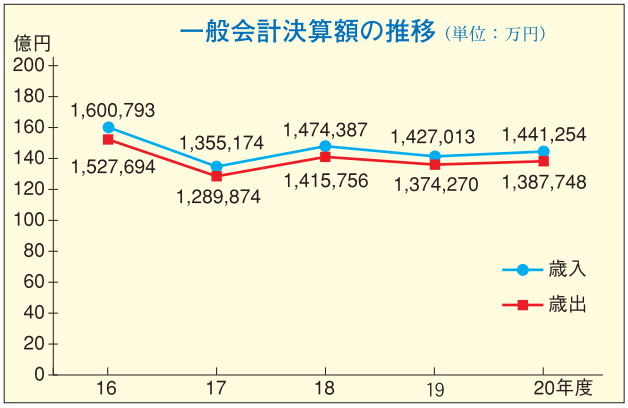
コミュニティFMは地元重視のラジオ局です。市内の防災力の向上と新たな地域交流手段として、市民の皆さんや地元企業の皆さんに活用していただけるよう、放送局の開設に向けて準備を進めていきます。

●問い合わせ先
企画課情報統計係
☎64－5806

一般会計 平成20年度 決算の状況

平成20年度の東御市における一般・特別・企業それぞれの会計決算が、市議会第３回定例会において認定されました。一般会計の決算額は、歳入総額１４４億１千２５４万円、歳出総額１３８億７千７４８万円となりました。一般会計を中心に決算の概要をお知らせします。

（注　金額については四捨五入の都合上合計金額と一致しない場合があります。）



特別会計等の決算額

（単位：万円）

会計名		収入	支出
特別会計	国民健康保険	30億6,265	28億873
	老人保健	3億3,794	3億458
	介護保険	20億7,712	20億3,833
	地域改善地区住宅改修資金等貸付事業	986	3,185
	工業地域開発事業	0	0
	後期高齢者医療	2億1,083	2億694
企業会計	水道事業 収益的	6億6,395	6億3,891
	水道事業 資本的	2,680	5億1,918
	下水道事業 収益的	13億8,554	13億231
	下水道事業 資本的	15億1,004	19億9,682
	病院事業 収益的	15億1,045	14億7,042
	病院事業 資本的	1,622	5,171

■積立基金の推移

（単位：万円）

年度	一般会計	特別会計	計
16	57億5,568	4億294	61億5,862
17	63億99	3億7,228	66億7,328
18	58億899	3億5,512	61億6,411
19	57億5,982	2億9,471	60億5,453
20	45億5,186	3億2,892	48億8,078

■市債残高の推移

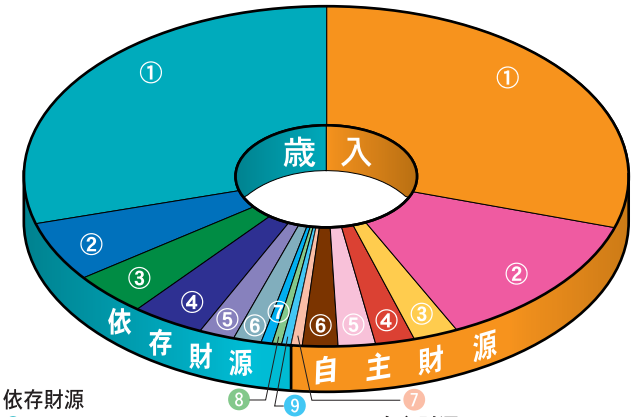
（単位：万円）

年度	一般会計	特別会計	計
16	153億4,107	204億2,586	357億6,693
17	148億4,006	197億1,362	345億5,368
18	150億8,710	188億9,761	339億8,471
19	149億1,134	180億7,310	329億8,444
20	141億7,809	3,396	142億1,205

※H20の特別会計市債残高の減額は、下水道会計の公営企業会計への移行（H19年度末で180億3,016万円分が移行）によるものです。

歳入　144億1,254万円

歳入を構成比でみると、自主財源は52.0％、国や県の補助金などの依存財源は48.0％となりました。



依存財源

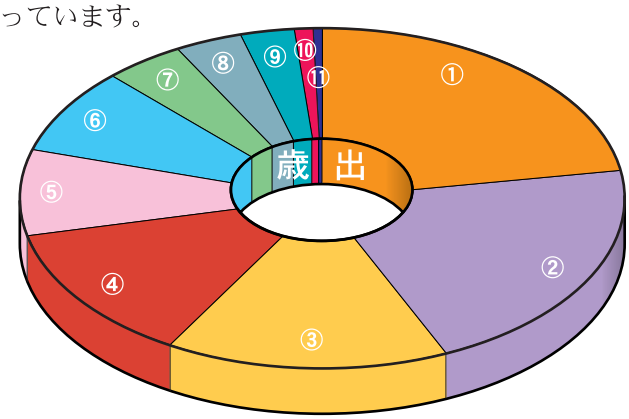
- ①地方交付税 42億6,164万円（29.6％）
- ②市債 8億2,588万円（5.7％）
- ③県支出金 5億9,244万円（4.1％）
- ④国庫支出金 5億6,256万円（3.9％）
- ⑤地方消費税交付金 2億8,178万円（1.9％）
- ⑥地方譲与税 2億1,731万円（1.5％）
- ⑦自動車取得税交付金 8,092万円（0.6％）
- ⑧地方特例交付金 5,762万円（0.4％）
- ⑨その他
  - 利子割交付金 1,613万円（0.1％）
  - ゴルフ場利用税交付金 1,300万円（0.1％）
  - 交通安全対策特別交付金 560万円（0.0％）
  - 配当割交付金 466万円（0.0％）
  - 株式等譲渡所得割交付金 170万円（0.0％）

自主財源

- ①市税 43億2,328万円（30.0％）
- ②繰入金 18億8,878万円（13.1％）
- ③諸収入 3億4,512万円（2.4％）
- ④分担金及び負担金 2億9,852万円（2.1％）
- ⑤繰越金 2億8,312万円（2.0％）
- ⑥使用料及び手数料 2億7,579万円（1.9％）
- ⑦その他
  - 財産収入 6,860万円（0.5％）
  - 寄付金 809万円（0.1％）

歳出　138億7,748万円

歳出のトップは土木費で全体の22.5％を占めました。第２位は民生費の21.0％、第３位は総務費の15.2％となっています。



- ①土木費 31億1,475万円（22.5％）
- ②民生費 29億1,295万円（21.0％）
- ③総務費 21億333万円（15.2％）
- ④公債費 18億1,810万円（13.1％）
- ⑤教育費 11億4,191万円（8.2％）
- ⑥衛生費 11億3,453万円（8.2％）
- ⑦商工費 6億152万円（4.3％）
- ⑧農林水産業費 5億270万円（3.6％）
- ⑨消防費 4億502万円（2.9％）
- ⑩議会費 1億4,069万円（1.0％）
- ⑪災害復旧費 198万円（0.0％）

歳出トップは『土木費』

市民１人あたりが納めた市税（単位：円／人）

項　目	金　額
固定資産税	69,037
住民税	51,092
都市計画税	6,726
市たばこ税	6,195
軽自動車税	2,270
入湯税	150
全体平均	135,471

（注　市民１人あたりの金額は、平成21年４月１日現在の人口31,913人で割り、四捨五入の調整をしてあります。）

市民１人あたりに使われたお金（単位：円／人）

項　目	金　額
議会費	4,409
総務費	65,908
民生費	91,278
衛生費	35,551
農林水産業費	15,752
商工費	18,849
土木費	97,601
消防費	12,691
教育費	35,782
公債費	56,970
災害復旧費	62
全体平均	434,853

消　防　費

常備消防広域負担金 ……2億9,753万円
非常備消防費 ……6,350万円
（うち消防団員報酬　1,716万円）
消防施設費 ……3,848万円

教　育　費

小学校費 ……2億8,569万円
（うち田中・祢津小学校耐震補強事業費　9,499万円）
学校給食運営費 ……1億1,508万円
中学校費 ……1億1,822万円
伝統的建造物群保存事業費 ……2,486万円
分館施設整備事業費 ……2,309万円
（うち赤岩公民館施設整備補助金　1,878万円）
滋野コミュニティセンター建設事業費 ……1,587万円
市体育協会活動補助金 ……705万円
和記念館修繕工事費 ……631万円
国際交流事業費 ……338万円
男女共同参画推進事業費 ……105万円

▲耐震補強された田中小学校

（注　金額が大きいもの又はその年度で特徴的なものを掲載しました。）

●問い合わせ先　総務課財政係　☎64－5805

総　務　費

合併振興基金積立金 ……1億5,151万円
市議会議員選挙費 ……1,533万円
市長選挙費 ……1,296万円
太陽光発電施設導入助成事業費 ……401万円
地域づくり活動補助事業費 ……299万円

民　生　費

児童手当・児童扶養手当費 ……3億5,435万円
介護保険特別会計繰出金 ……2億7,961万円
市立保育園運営事業費 ……2億6,923万円
障害者自立支援介護給付費 ……2億1,608万円
長野県後期高齢者医療広域連合負担金　2億1,089万円
国民健康保険特別会計繰出金 ……1億8,237万円
生活保護費 ……1億2,178万円
私立保育園運営委託事業費 ……7,771万円
後期高齢者医療特別会計繰出金 ……6,098万円
乳幼児・児童福祉医療費 ……4,048万円
放課後児童クラブ事業費 ……1,474万円
ぽかぽか灯油券事業費 ……525万円

衛　生　費

病院事業会計繰出金 ……3億2,797万円
焼却場等運営広域負担金（上田・川西）　2億6,474万円
し尿処理運営広域負担金（上田・川西）　1億2,973万円
ごみ分別収集費 ……1億776万円
各種予防・検診事業費 ……5,536万円
ごみ減量化施設設置補助金 ……463万円

農林水産業費

土地改良区補助金 ……1億1,919万円
中山間地域等直接支払制度費 ……1億231万円
市単独土地改良事業費 ……3,456万円
松くい虫防除対策事業費 ……1,868万円

商　工　費

中小企業振興資金等預託金 ……1億8,000万円
温泉施設運営費 ……1億1,950万円
新交通システム運行費補助金 ……5,861万円
商工業振興助成事業補助金 ……3,710万円
制度資金融資利子補給金 ……1,006万円

土　木　費

下水道事業会計繰出金 ……23億9,559万円
鞍掛地域整備事業費 ……1億1,375万円
田中駅南口整備事業費 ……1億115万円
道路維持費 ……9,477万円
浦久保・山崎線舗装修繕事業費 ……6,082万円
花と緑のまちづくり事業費 ……1,237万円

暫定値 財政健全化法に基づく『健全化判断比率』『資金不足比率』を公表します

「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」に基づき、昨年度から地方公共団体の財政健全化を示す指標として「健全化判断比率」（実質赤字比率・連結実質赤字比率・実質公債費比率・将来負担比率の４指標）及び公営企業の「資金不足比率」の公表が義務付けられています。ここでは平成20年度決算に基づく指標について、暫定値をお知らせします。（健全化判断比率・資金不足比率については、市ホームページでもご覧いただけます。また、確定値については11月末に総務省から公表される予定です。）

健全化判断比率

東御市の財政は、どの指標においても、国の定める「早期健全化基準」「財政再生基準」を下回っています。（下表参照）しかしながら、病院事業会計の未処理欠損金の多さや不景気の影響による税収の減少など財政運営上の問題も抱えていますので、経営改善や経費節減に努めるなどして、さらなる健全化を図る必要があります。

＜健全化判断比率＞

（単位：％）

指標名	指標の意味	東御市（平成20年度）	東御市（平成19年度）	早期健全化基準（※１）	財政再生基準（※２）
実質赤字比率	一般会計等の赤字額の割合	－（赤字なし）	－（赤字なし）	13.49	20.00
連結実質赤字比率	一般会計や公営企業会計を合わせた市全体の赤字額の割合	－（赤字なし）	－（赤字なし）	18.49	40.00
実質公債費比率	市税等の年間収入のうち市全体の借金返済額が占める割合	16.0	15.4	25.0	35.0
将来負担比率	市全体の借金等が市税等の年間収入の何年分にあたるのかを表す指標（100％が１年分にあたります）	109.4	114.8	350.0	

※１　早期健全化基準…財政の早期健全化へ向けて財政健全化計画の策定等が必要となる基準

※２　財政再生基準…財政の再生へ向けて財政再生計画の策定、計画について国の同意手続等が必要となる基準

上の表の平成20年度指標を前年度と比較しますと、実質公債費比率は16・0％であり、東御市が借金返済のピークを迎えているため、昨年度より比率が0・6％上昇しましたが、将来負担比率は１０９・４％であり平成20年度に借金返済が進んだため、前年度より５・４％減少しました。

公営企業の資金不足比率

東御市の公営企業会計（水道事業会計・下水道事業会計・病院事業会計）では、前年度と同じく、平成20年度決算においても資金不足額はなく、該当ありません。（下表参照）

●問い合わせ先
総務課財政係
☎64－5805

＜資金不足比率＞

（単位：％）

指標名	指標の意味	水道事業会計	下水道事業会計	病院事業会計	経営健全化基準（※３）
資金不足比率	公営企業会計の資金に不足が生じているかを表す指標	－（資金不足なし）	－（資金不足なし）	－（資金不足なし）	20.0

※3　経営健全化基準…上記（※1）の早期健全化基準に相当

東御市農業委員会だより ②

○親子ふれあい青空朝市に参加

（主催：北御牧地区活性化研究委員会）

８月12日、早朝より大勢の皆様にお越しいただきありがとうございました。

○荒廃地における草刈り機「モア」の実演

※平成21年12月末まで、団体へ無料で貸し出します。詳しくは、農林課農政係までお問い合わせください。

８月９日に、新張区の中山間地事業の草刈り作業の終了時に「モア」の実演を行いました。５年間作付け放棄がされていたツル草やカヤの大株のある畑でしたが、コンパクトな機械でも力のある「モア」が走行をした後は、つる草やカヤが細かいチップ状に排出され驚きの声が上がりました。　（楢原由紀子農業委員）

「モア」の特徴

①ハンマーナイフ使用のため、刈った後の草が細かく破砕される
②傾斜地走行も安定した作業ができる
③肉体的負担が軽い

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

「ブルーベリーの丘から」・・・観光摘み取り園１年目を終えて

☆生き生き農家☆ ～新規就農者編～

ひだまり農園「ブルーベリーの丘」

園主　市川　政司さん

思い返せば、健康に良い、農薬の使用が少なく環境にも良いなどからブルーベリー農園開設を夢見て、挿し木で苗作りを始めたのが6年前、湯楽里館下の当地に定植したのが４年前の春のことでした。除草剤を使わない！農薬を極力使わない！化学肥料を使わない！などにこだわりながら、今年初めて20種１、２００本のブルーベリーの木に花を咲かせ、実をつけ、お客様をお迎えしました。

１、８００坪全てが南斜面で、八ヶ岳、蓼科、美ヶ原、日本アルプスに至る大パノラマです。遠方から来られたお客様が、その眺めと、休憩所のウッドデッキを通り抜ける風の心地よさに長居をされる方が多く、あらためて東御の自然の素晴らしさを再認識させていただきました。今年は雨にたたられたり、雀、ヒヨドリ、キジなどの食害にあったりと大変な事も多かったのですが、お客様からは品種によって違う味、大きさ、香りに驚かれたり、「粒が大きい！味がいい！」とお褒めを頂き、生産者として大変嬉しい思いもさせていただきました。

来年以降は、品質や衛生管理、おもてなしなど今年以上に気を配り、東御の観光農業施設のひとつとして恥ずかしくないよう頑張り、もっともっと多くの人たちに東御の自然（景観、気候、特に爽やかな風）の素晴らしさをお伝えする役割を担えればと思っています。来年も７月１日に開園予定ですので、お気軽に遊びにお越し下さい。また、来春には「ブルーベリーの植え方と剪定の教室」を無料で開きます。参加自由ですのでお気軽に声をおかけ下さい。

最後に、多大な協力や援助をいただいた先輩農家の皆様方、関係各位、そして忙しい中植え付けを手伝ってくれた新規就農の仲間たちに感謝申し上げます。

●ひだまり農園「ブルーベリーの丘」
☎64－0172

安心で快適、災害に強い道路環境を目指して

『後退道路用地整備事業(道路狭あい事業)』にご協力ください

道路は私たちが安心して快適に生活していく上で大切な役割を担っています。単に通行に利用されるだけでなく、地震や火災等の発生時には救助や避難の経路ともなるからです。狭い道路は消火救急活動や住民避難の妨げとなり、生命の安全や財産の保全に支障をきたすことも予想されます。

狭あい(道の幅が狭い)道路

市では、市全域を都市計画区域としたことで、建物を建てられる区域制限や建築基準法による建物を建てる敷地と接する道路幅員(道幅)は4m以上でないと建設できない制限などが加わり、都市計画区域内の用途に沿い計画的な都市開発を進めてきました。しかし、区域決定以前にあった幅員4mに満たない「狭あい道路」であっても、既に建物が建ち並んでいる道路で市が指定した道路に接する敷地については、道路中心から2m後退いただくことで建設のできる道路としています。この道路を建築基準法第42条第2項に定めのある道路「2項道路」といいます。

皆さんの近くで、建物が並び、狭く曲がり「この道路、もう少し広くならないかしら?」と思われる個所はないでしょうか。この要因となっているのが、先に説明した2項道路と考えられるのです。建築基準法で定める幅員4m未満の道路に接する敷地に建物を建てる場合、建物の軒や門、塀、フェンスなどは、道路の中心から2m以内には、建築または築造してはならないこととなっています。しかしながら、市内全域にある2項道路の両側に、都市計画区域決定以前に建築した工作物等が数多く点在しているのが現状です。加えて、東部地区特有の扇状地、北御牧地区特有の河岸段丘による形状が道路の直進性を妨げ、これら自然形状を利用した石垣やブロック塀などが個々の宅地境界を定める役割とともに、集落内の生活道路は狭あいのまま現在に至っています。車社会の到来とともに、道路舗装や水路修繕等により隅々までアスファルト舗装が施されたものの、狭あい道路の解消については道幅を広げるのに必要な土地の所有権に関する諸事情や工作物撤去などの費用負担が要因となり、私たちが生活する上で必要とする2項道路の改良が進まないままとなっています。

■市内の狭あいした道路

▲軽自動車でも通過が大変

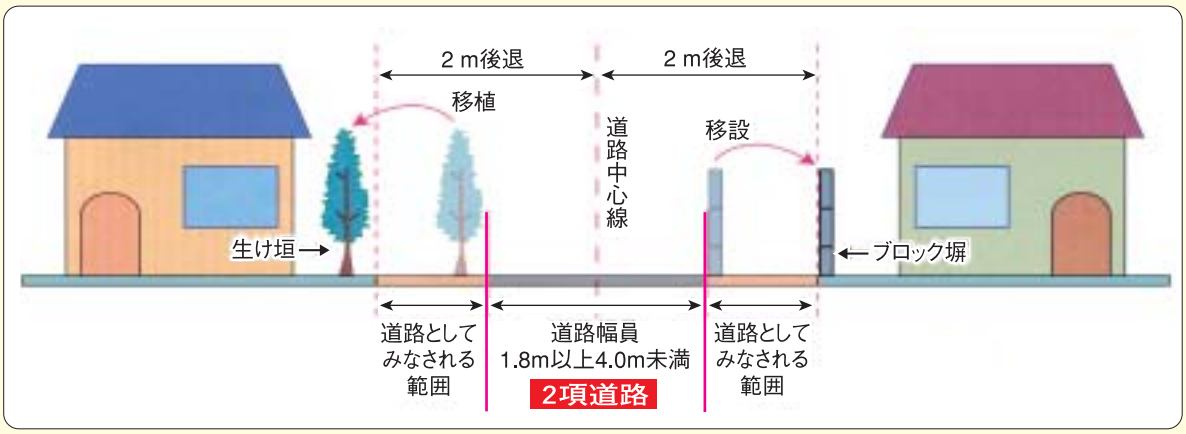
▲威圧感のある両側のブロック塀

2項道路（2項道路後退義務）について【建築基準法第42条第2項】

都市計画区域の場合、建物が並んでいる道路で幅員が1・8m以上4m未満の市が指定した道路については、その道路の中心から両側にそれぞれ2m後退した位置を道路と敷地の境界線とみなして建物を建築することができます。この1・8m以上4m未満の道路を2項道路といいます。

2項道路に接している敷地に建物を建築する場合には道路中心から2m後退して建築していただくこととなります。その際、後退した部分に門や塀、生垣などを設置することができず、また、後退した部分に残る門や塀などについては建築にあわせて移転及び除去していただくようになります。

市では、この後退した部分の土地を所有する方との話し合いにより、道路用地として買い取る制度（後退道路用地整備事業）を実施しています。道路の両端をこうした事業により幅員4mの道路にし、緊急車両やゴミ収集運搬車などが支障なく通行できる道路としていきます。2項道路については市役所建設課で確認することができます。



2項道路の拡幅「後退道路用地整備事業」

市では、平成19年10月から狭あい道路の拡幅整備を行っています。この整備は2項道路に接する個所においてのみ行うもので、住宅等の新築や建替えなどの機会、区や地域をあげて通行に支障がある個所の道路整備を行う場合をとらえて部分的に改良を施していくものです。後退する土地を所有する皆さんの同意をいただきながら実施するため、一斉に道路を拡幅する整備と異なり、長い年数を掛けて整備する事業なのです。

20年度、当事業にご同意いただき道路後退を実施した個所は、16個所ありました。次ページ上の写真は改良整備が行われる前と後を撮影したものです。狭あい道路片側のみの道路後退部分の拡幅工事ですが、現場を実際に歩いてみますと「広くなった」と、その効果が実感いただけると思います。

道を歩行中、道の端いっぱいまで寄せて走る車に恐怖を感じたことがある方も大勢いらっしゃると思います。交通弱者である歩行者の安心・安全を確保するためにも重要な事業といえるのではないでしょうか。

【後退道路用地整備事業の例（和地区）】

▲着工前

▲着工後

後退道路用地整備事業を行って

私にとっての後退道路の整備は、住宅の脇にある巨峰栽培に使う農業用作業所の建て替え計画から始まりました。ここ数年の懸案だったことで、いよいよ着手しようと施工をお願いした業者に話を持ちかけたら「2項道路後退義務」の話がありました。建物を建築する際のルールにこういった決まりがあることは聞いていましたが、道路のために宅地を削られることがいささか腑に落ちませんでした。

建築確認申請やその前にやらなければならない後退用地の協議のことなど、関係者から話を聞き、制度の内容を理解しました。当初寄付だと思っていた用地を市が買い上げることも知りました。手順にそって行われた測量では、後退する用地が10㎡程度で、削られるところは意外にわずかな部分だと感じました。こうなると気持ちは整備に前向きでした。道路の狭さによる日常の不便が目についてくるのです。道路との境に昔からあった石垣が自家用車の出し入れにとても邪魔となっていたからです。我が家に接する道路は、普通乗用車が通れる程度の幅しかなく、大型車が向かいの家のブロック塀を引っかけたり、道路の門で車が曲がれなくなってしまい私が動かしたこともありました。昔は不便を感じなかったこの道路も、時代は変わり、車社会となり乗用車も大型化していく傾向にあります。今回の整備が終わり、邪魔だった石は撤去されきれいな舗装道路になりました。自家用車の出し入れが随分と楽になり、本当に良かったと思います。また、この道路を通る車を見て地域のためになったとの充実感もあります。

市内を車で走ると、以前の我が家の横を走っていたような道路はどこにでも見られますね。私のような作業所の建築や住宅の建て替えなど、何かきっかけがないとなかなか行うことは難しいとは思いますが、この制度を多くの方が知り、日常生活の〝便利〟のため、利用したらと思います。また今回の整備を通じ、暮らしやすい地域づくりのため、隣近所、そして、集落全体が少しずつ譲り合うなどして取り組んでいければ更に効果的だと感じました。

柳沢久利さん（大石区）

後退道路用地整備事業に関わる手続きの流れ

①後退道路用地の事前協議

建築確認申請※1を提出する30日前、または、工作物等を築造する場合は工事着手の30日前までに後退道路用地の整備方法について市と事前協議※2（後退道路用地等協議書の提出）が必要です。

※1建築物、工作物を建築する際には、建てる前に建築確認申請の手続が必要です。物件を建てる際には、建築確認を行ってから着工しなければなりません。

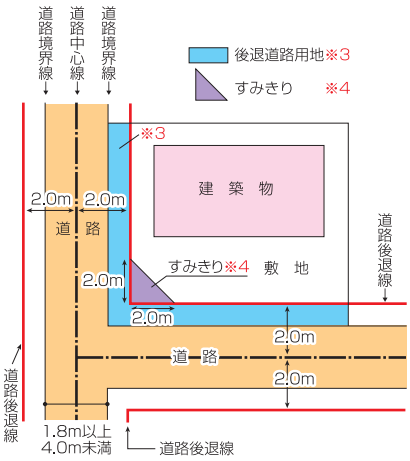
※2事前協議とは、後退部分の土地について、譲渡（売買）、寄附、無償使用のいずれかの契約、及び整備方法等の協議を行うものです。

②現地確認と可否決定

事前協議書に基づき、現地にて2項道路との接合部分、既存道路との高低差、工作物等の協議をします。狭あい解消のための費用やその効果を精査し可否決定をします。決定内容については申請者に連絡します。

③同意・契約・支払

現地立会により道路後退用地を確定し、これを示した図面等により同意書の提出、登記（分筆など）、売買契約（売買の場合）を行います。



すみきりとは……

2つの道路が交わる角敷地で、その角を道路とする部分です。後退部分と一緒に整備しますので、ご提供していただける範囲でご協力ください。

譲渡（売買）の単価

後退道路用地 ※3の単価	近辺住宅 固定資産税 評価額×0.5
すみきり用地 ※4の単価	近辺住宅 固定資産税 評価額×0.7

土地代金の計算方法

後退部分の面積 ㎡ × 後退用地の1㎡当りの単価

＋

すみきり用地の面積 ㎡ × すみきり用地の1㎡当りの単価

＝ 土地代金

『後退道路用地整備事業』手続きの流れ

―譲渡（売買）の場合―

後退道路用地等協議書の提出（建築確認申請の30日前）

↓

現地立会
…境界の確定
…隣接地との境界確認
…対面地の道路境界線の測量

↓

後退線・後退面積の測量
…市の費用負担により後退部の正確な位置や面積を決定
【場合によっては立ち合いをお願いする場合があります】

↓

査定図を受け取り、事業内容が決定
【建物等の建築確認申請が受付できるようになります】

↓

同意書・確約書の提出

↓

売買契約
…申請者と市で取り交わします

↓

登記
…分筆・所有権移転・抵当権解除
【登記費用等は市の負担となります】

↓

土地代金の支払い
…市より申請者の指定口座へ
【土地代金の決定については左記をご覧ください】

↓

道路整備工事・地目変更
…着工前に工事内容や時期についてお知らせします
【道路整備工事費は市の負担となります】
※実際の工事着工は、契約完了の翌年度になります。

★すでに住宅等建築の準備を進めている方は、上記の手続きや後退義務については住宅メーカーなどでも相談できます。敷地の面積や形状の変更が伴いますので、建物の設計とともに後退道路用地を確認いただきますとスムーズに建築準備が進められます。

狭あい道路の解消には、2項道路と接する方の大切な財産の一部を提供いただくことが前提となります。建築等の機会や、また、区の道路長期計画など、市民の方々と行政が協力し合わなければ拡幅整備は進みません。「道路のために大切な土地を減らしたくない」とお考えになる方もいらっしゃると思いますが、道路狭あいが解消することが誰にとって受益となるのか考えてほしいのです。狭あい道路は、私たちが日常生活をしていくうえで、通行上、環境衛生上の問題があるばかりでなく、地震や火災などの災害時には消防、救急活動に支障をきたすことも予想されます。市としても、安全で快適な災害に強いまちづくりを進めていきますので、ご理解、ご協力をお願いいたします。また、関心のある方は、お気軽にご相談ください。

●問い合わせ先
建設課管理係 ☎64－5882

まちづくりを目指して

の声』をお聞きしました

東御市男女共同参画プラン推進委員会リポート

東御市男女共同参画プラン推進委員会では、「東御市男女共同参画プラン」を推進するために、４コマ漫画やパフォーマンス、事業所訪問等の活動を実施しています。

男女共同参画の基本となるのは家庭です。その構成員である家族が働きやすい職場でやりがいを持って働くことができるかどうかが重要になります。

今回は市内の２つの農場を訪問し特に女性がいきいき働く様子を見学してお話を伺いました。

株式会社ハルディン長野農場

八重原の明神池西側に位置する一帯に、大規模ハウスの施設が広がります。株式会社ハルディン長野農場は、１９８９年に千葉県にある本社の直営農場としてこの地に開設されました。大掛かりな設備で、害虫と雑菌の侵入を遮断したハウスの内部を農場長の永田記雄さんに案内していただきました。栽培しているのは大手企業から受注を受けた野菜苗・花苗がほとんどで、40種程の苗が約３ｈａの敷地を埋めつくしています。

（上）広々としたハウスの内部に、ミニシクラメンの苗が広がる
（下）さし芽作業中の女性従業員

ハウス内の防除や生産管理を受け持つ小山義弘さん。男女が助け合い、忙しい時はみんなで取り組む

作業の説明を受ける委員

こちらで働く80人の従業員のうち９割が女性でパート社員がほとんどです。市内をはじめ近隣市町村から通勤し、20年勤続の方もいて、65歳の定年まで働けます。

農場の従来のイメージと異なり、ハウス内は機械化され、細かな手先の仕事が中心となっています。就業時間も繁忙期を除き一定していて、子育て中の女性にも働きやすい環境のようでした。

連なるハウスの間を農場長の永田さんに案内していただいた

訪問を終えて

○短い勤務時間も選択することができますので、子育て中の方にも働きやすい職場だと思いました。
○苗の接ぎ木等の軽作業が多く、男女間の隔たりなく作業していました。
○努力次第で、班長やリーダーとしてハウス内の管理を任されるので励みになると思います。

一人ひとりの個性が響き合う

『働く女性

株式会社 永井農場

農業後継者不足が心配な昨今ですが、農業を志す若い人が集まる和地区井高の永井農場をお訪ねし、会長の永井忠さんや、ここで働く市内出身の冨岡美帆さん、県外出身の日下怜美さん、川池亮子さんと懇談する機会を設けていただきました。

留学経験のある冨岡さんは、今年4年目。入社以来、牛を任され、一人で牛の出産にも立ち会ってきました。「力の足りない女性も機械を使えば男性と同じに働ける」と、様々な農作業をこなしています。今年の夏からは、軽井沢にジェラート出店という新しい企画を任され、現場を離れることになりましたが「現場の経験が販売に活かせる」と前向きです。

今年入社したばかりの川池さんも牛の世話を任されています。「一般企業に勤めた経験もありますが、農業は会社では得られない満足感があります。将来は、農業で独立したい」と話していました。

日下さんは、今年2年目。県農業大学卒業後入社しました。東京育ちの日下さん、大学進学を決める時、ご両親を説得するのが大変だったそうです。

3人が3様に「農業は楽しい」と話してくれました。

永井農場では15人程のスタッフで水田と酪農の「複合経営」により、米や牛乳の他、巨峰、野菜、餅などの加工も手掛けています。

永井会長は「農業は家族が基本。スタッフは単なる労働力ではなく家族の一員」と言います。「農業は農繁期と農閑期とあるが、スタッフの知恵を出し合って効率の良い経営をしたい」という若いスタッフの考えが活かされ、農場には若い人が集まっています。

（上）川池さん。牛の世話を任されている
（下）日下さんに牛舎を案内してもらう委員

精米を担当している福島陽さん

「今の若い女性は行動力があり、意識も高い。現場へ積極的に出ていく」と語る永井会長（右）と話を聞く日下さん（中央）、冨岡さん

訪問を終えて

○「農業がしたい」「酪農家になりたい」と、若い女性が農業に情熱を燃やしている姿に感動しました。

○大型農業機械にも果敢に取り組み、男女の違いを超えた考え方に新しい農業を感じました。

○「酪農以外の農業も一通り経験してもらう。農業経営者にならなくても、この経験は貴重な財産だ」という会長の言葉が印象的でした。

有事に備え市全域で訓練実施
地震総合防災訓練

地震や豪雨、近年多発する自然災害等に備えるため、8月29日に市内全域で地震総合防災訓練が行われました。

この日は、各区の住民をはじめ、消防団、日赤奉仕団、交通安全協会、市内企業などから約4500名が参加。駿河湾沖を震源とする大地震により、市内にも甚大な被害が発生した想定で訓練が行われました。参加者は、避難訓練や初期消火訓練、炊き出し訓練などを行いました。また、市役所には花岡市長が本部長となり災害対策本部が設置され、各区との情報伝達や避難誘導などの流れを確認しました。

▲緊迫した救出訓練

▲炊き出し訓練と非常食の試食

今年のモデル地区となった和小学校校庭には、東上田区、大川区、栗林区、寺坂区の皆さんが避難。救助工作車を使った消防署救急隊員と消防団員の負傷者救出訓練を見学しました。その後、消火器による初期消火訓練、水バケツ消火訓練、煙の怖さを体験する「煙体験ハウス」、AEDを使った救急救命訓練などを精力的に取り組みました。

いつ発生するか分からない災害に備え、家具の転倒防止対策や避難用具の準備をしておきましょう。

おかげさまで3周年！
とうみレッツ号

デマンド交通〝とうみレッツ号〟は、10月1日に3周年を迎えました。おかげさまで順調に乗車人数も増え、〝みなさまの身近なあし〟として定着しました。今後もますます、みなさまに寄り添って運行してまいります。ご利用お待ちしております！

＊レッツ号ご利用のお願いとお知らせ＊

●運行は予約制で平日のみ、運行時間は午前8時30分から午後4時30分です。（正午から午後1時までは休み。）

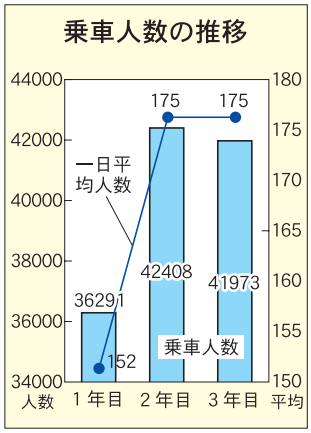
●利用料は200円。車内でお支払下さい。（回数券は1枚お得な11枚で2000円です。）

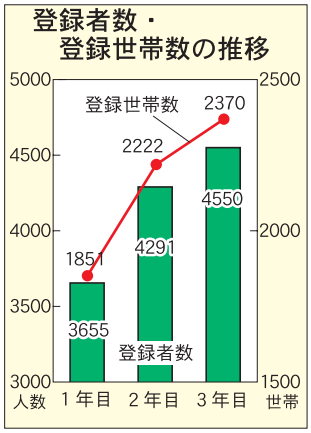
●予約は電話で、お名前・乗車時刻・乗車場所をオペレーター（電話交換手）にお伝え下さい。発車時刻の2日前～30分前が受付時間です。ただし、朝の第一便（8時30分）をご利用される場合は、前日（利用が月曜日の場合は前週金曜日）までに予約をお願いします。

●東御市民で利用登録をした、ご自身で乗降可能な方ならどなたでもご利用いただけます。

●市内を5つのエリアに分け、原則他のエリアは田中駅で乗り継ぎ運行になります。

＊この3年間のレッツ号の利用状況を報告します＊





★一番ご利用の多いエリアは和地区でした

『新規登録受付中』

登録・お問合せはお電話で
お気軽にどうぞ！

東御市商工会館内
とうみレッツ号
受付センター

（平日　8：00～16：00）

☎64－6636

市議会第3回定例会
平成20年度歳入歳出決算認定

9月1日、市議会第3回定例会が開会しました。今定例会には、平成20年度の一般会計及び特別会計、企業会計それぞれの歳入歳出決算認定のほか、平成21年度一般会計、特別・企業会計それぞれの補正予算案6件、条例の一部を改正する条例案3件、工事委託変更請負契約についてなど、その他の議案3件、合わせて23議案が提案されました。これらの他に請願4件、陳情3件、国への意見書提出を求める議員要請1件が各常任委員会へ付託され慎重審議されました。

（今回の定例会の詳細については11月発行『市議会だより』をご覧ください。）

▶竹内春彦代表監査委員より監査報告

市長招集あいさつ（抜粋）

私が市政をお預かりして1年4ヶ月、公約の実現に向け様々な施策への取り組みが軌道に乗り、見通しが見えてきました。

まず、市役所を中心とする舞台が丘一帯にある公共施設の整備について具体的な意見を聞くため、6月から毎月定例的に市民と語る会を開催しています。並行して市役所内でも職場等を単位とした検討会を設け協議をしている段階です。それらを集約する形で11月末にはグランドデザイン（基本構想）の策定に向け取り組みを進めています。

次に、「産婦人科」の標榜（ひょうぼう）が6月19日に認可され、来春に市民病院院内助産所の設置を目指し、関係各方面との連携を図りながら着々と計画を進行しています。「木の香る地域づくり補助金」を活用し、木造で、エコに配慮した温もりのある施設を目指しています。すでに妊婦健診を開始し、助産師外来も近日中に開始できる体制づくりも進め、準備段階から勤務いただく助産師に関しても多数の応募をいただいたところです。3月出産予定の妊婦さんからの問い合わせも多数あり、一部お断りせざるを得ない状況で推移しています。更に、産科の開設に併せ小児科の充実のため医師確保にも努め、引き続き健全な運営が出来るよう方策を追求してまいります。

「小さくともキラリと光る東御市」づくりに向け、引き続き初心を忘れずに市政に携わってまいります。

『東部中バザー』にご協力ありがとうございました

8月23日の東部中学校創立50周年記念事業「東部中バザー」は天候にも恵まれ、大勢の皆様にご来場いただき、盛大に行うことができました。7月からバザー用品を提供いただき、バザー当日まで実行委員会ではさまざまな準備を行ってまいりました。当日は熱気に包まれたバザーを実施することができ、これも、地域の皆様方、PTA会員の皆様方のご理解やご協力によるものと感謝申し上げます。

バザーの収益は、82万円ほどとなりましたことご報告いたします。この収益金は、来年行われる記念式典等50周年の節目の活動や東部中学校教育の活性化のために役立てさせていただきます。

また、この東部中バザーが、地域とふれあい、地域の方々に東部中学校を見ていただく機会になったとともに、PTAや生徒、職員がともに活動する場にもなりました。そして、この活動自体が素晴らしい教育の場となることができました。

提供品の回収や前日の準備、そして当日のバザー、様々な場面でご協力いただきました皆様に重ねて感謝いたします。

東部中学校PTA会長　若林　弘樹
東部中バザー実行委員長　小川　聖子
東部中学校長　滝澤　宏行

すくすく育てとうみっ子!!

誕生日おめでとう！（10月生まれ）

若林（わかばやし）　瑛仁（えいと）くん（本海野）

（1歳、H20. 10. 1生）

エイト、1歳のお誕生日おめでとう♪！元気いっぱいで、やんちゃ盛りのエイト坊〜や♥これからも、ナナねえねと仲良くね。

篠原（しのはら）　舜（しゅん）くん（加沢）

（1歳、H20. 10. 9生）

舜ちゃん、1歳のお誕生日おめでとう！いつもかわいい笑顔を見せてくれてありがとう。これからも大好きなお兄ちゃんといっぱい遊んで、明るく元気に育ってね！

鈴木（すずき）　康介（こうすけ）くん（田中）

（2歳、H19. 10. 10生）

こうちゃん、2歳のお誕生日おめでとう♥こうちゃんの笑顔を見ることが、パパとママの幸せです。これからも、元気で最高の笑顔を見せてね♥

柳澤（やなぎさわ）　彩心（あみ）ちゃん（本海野）

（2歳、H19. 10. 21生）

彩心ちゃん、2歳のお誕生日おめでとう♥毎日いろんな事を覚えて、たくさんおしゃべりもして、パパとママをいつも笑わせてくれるね♥これからも健康で元気に育ってね。

桜井（さくらい）　幹也（みきや）くん（曽根）

（2歳、H19. 10. 24生）

2歳！お誕生日おめでとう♥とても手がかかるけど、甘え上手でかわいいからママは許しちゃう♥たまにはアンパンマン以外のテレビも見せてネ♥

小山（こやま）　瑞貴（みずき）ちゃん（牧ヶ原）

（3歳、H18. 10. 4生）

3歳のお誕生日おめでとう♥いつも、うたを歌って楽しませてくれる瑞貴♥少々おてんばだけど、これからも妹と仲良く明るく元気に育ってね♥

瀬戸山（せとやま）　涼香（すずか）ちゃん（赤岩）

（1歳、H20. 10. 2生）

いたずら大好きのすずちゃん♥お誕生日おめでとう♪かわいい笑顔でよく笑うすずちゃんが大好きだよ♥いつまでも笑顔いっぱいのすずちゃんでいてね♥

渡邉（わたなべ）　胡春（こはる）ちゃん（本下之城）

（1歳、H20. 10. 26生）

1歳のお誕生日おめでとう!!そして、たくさんの笑顔をありがとう!!これからもいっぱい笑って、ゆっくり大きくなってね♥

小林（こばやし）　実夢（みゆ）ちゃん（左）
祐夢（ひろむ）くん（右）（御牧原南部）

（2歳、H19. 10. 11生）

実夢、祐夢2歳おめでとう♥おしゃべりがとても上手になって、これからの成長がますます楽しみです。2人仲良く元気に大きくなっていってね！

木次（きつぎ）　八琥（はく）くん（乙女平）

（2歳、H19. 10. 22生）

はく、お誕生日おめでとう!!いつもお兄ちゃんのまねをして、元気いっぱいだね★これからも、みんなで楽しく過ごしていこうね♥

吾妻（あがつま）　銀平（ぎんぺい）くん（県）

（2歳、H19. 10. 30生）

〜最近のギンペー〜　好きな食べ物；お肉、好きな人；アンパンマン・兄ちゃん・あんみ、好きな言葉；「あんみ♥」ぎんちゃん、2歳になったらごはんはちゃんとおはしで食べてね♥

堀内（ほりうち）　優志（ゆうし）くん（海善寺北）

（3歳、H18. 10. 13生）

優、お誕生日おめでとう!!ちょっといたずらで甘えん坊の優♥お兄ちゃんと仲良く元気に育ってね♥

小林（こばやし）　ひよりちゃん（金井）
（３歳、H18. 10. 22生）
３歳おめでとう！わがまま「ひより」おてんば「ひより」 これからも、姉兄４人、仲良しでね＾ｖ＾　春から保育園たのしみだね!!

☆募集します!!☆

（対象者11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、10月15日（木）必着。

第36回全国中学校夏季大会・第30回北信越大会結果

全国大会

●陸上
８月22日　大分県大分市
男子３０００ｍ
出口　武志さん
予選敗退

●柔道
８月25日　沖縄県沖縄市
男子個人55kg級
齊藤　雄高さん
２回戦敗退

北信越大会

８月５日
新潟県新潟市（陸上）
長岡市（柔道・水泳）

●陸上
男子３０００ｍ
出口　武志さん　２位

●柔道
男子団体
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
１回戦敗退

男子個人55kg級
齊藤雄高さん
濱田　翔さん
ともに１回戦敗退

●水泳
２００ｍバタフライ
原田慎太郎さん　12位

こみっくシリーズ

第4話　女性の課長？

男女共同参画プラン推進委員会

おいしい ヘルシークッキング㊸

（レシピ提供：食生活改善推進協議会）

旬のさんまと新米で
さんまの炊き込みごはん

●材料（６人分）

米……３合
さんま……２尾
塩……少々
だし昆布……10cm角
A　塩……小さじ1/2
　　うすくち醤油……大さじ２
　　酒……大さじ１
しょうが……20g
青ねぎ……40g

●作り方

①米は30分前から洗って、ざるに上げておく。
②さんまは腸を除き、塩をふって両面こんがりと焼く。
③しょうがは千切りにする。
④炊飯器に米を入れ、さんまを乗せる。Ａの調味料を水で溶き、昆布を乗せ通常の水加減で炊く。
⑤炊き上がったらさんまを取り出して、頭と骨を取り除き身だけ戻してさっくりと混ぜる。
⑥盛り付けたあとに青ねぎを刻み乗せる。

おわびと訂正

市報とうみ９月号掲載の内容に一部誤りがありました。

３ページ　麻袋リレー結果
○レディースの部
【正】
１位　東部中学バレー部Ａ
２位　東部中学バスケットボール部Ａ

おわびして、訂正いたします。

元気発信！子育て施設 田中児童館の話題

4月、まだ幼い感じだった1年生。名前を呼んでも返事がなかったり、使った遊具の片づけができなかったり、遊具を独り占めしてケンカになったり…。それから半年、個々に遊んでいた子も何人かのお友達ができ、決まりを守って一緒に遊ぶようになってきました。

先日、泥だんごを作っていた子たちのひとりが「そのおだんご、ちょうだい」と言いました。作った子は、いつもは遊具を気前よく貸してあげるのですが、この時は違いました。「だめだよ。昨日から少しずつ作って、やっとこの大きさになったんだから。何回も崩れてやり直したんだ」と。他人が見ればただの泥だんごですが、その子にとっては失敗しても諦めなかった気持が作ったんごなのです。ほかにも、一輪車やけん玉、コマ回しなども同じで、何度失敗しても毎日練習したその事実〝頑張り〟が、ある日、「できた」に変わるのだと思います。明るく元気な田中の子どもたち、遊びも学習も真剣に挑戦してほしい。私たちはそれを応援しながら、たくさんの「できた」に出会えることを願っています。

▲泥だんご作りをする1年生「みんな真剣」

▲大なわとび何回でも跳べそう「さすが3年生」

学校だより

ぶどうさん 大きくなってね

滋野小学校三年
小林由莉奈（こばやしゆりな）

ぶどうのつぶぬきをしました。つぶぬきとは、ふさのつぶをへらして、実を大きく形よくすることです。ぶどうのふさを手で持たないときれてしまうし、ずっと上を向いているので首がつかれて大へんでした。でも、これがおいしいぶどうになるんだなあと思ってがんばりました。つぶぬきは、とてもうまくいきました。家でもぶどうのお手つだいをしたいです。

ふさきり

滋野小学校三年
武田（たけだ）かずみ

今日、三年生全いんでぶどうのふさ切りにいきました。ぶどう畑のまわりには、ふさ切りをしている農家の人がたくさんいました。のうきょうの川上さんと小林さんに教えてもらいながらやりました。ものさしで3・5センチをはかって切るのが大へんでした。でもとても楽しかったです。九月のしゅうかくがとってもまちどおしいです。

▲長さをはかって、慎重にふさきり

夢色というテーマで行われたかくま祭

北御牧中学校三年
吉池（よしいけ）雅斗（まさと）

9月11、12日は生徒会最大行事である「かくま祭」が行われました。今年は、かくま祭テーマを「夢色〜142色を夢の画に〜」とし、僕たち生徒会正副委員長会を中心に準備を進めてきました。資金集めのため毎年行っているアルミ缶の回収では、歴代最高のアルミ缶が集まりました。それも含め、当日までに何とか準備が間に合ってよかったです。

かくま祭一日目は、正副の劇がある開祭式から始まりました。僕たちが心配していた劇はスムーズに進み成功となりました。選択教科の発表では各教科の調べてきたことがしっかり発表できてよかったです。午後の体育祭では、去年まで負け続けてきたオール一組でしたが、今年は接戦となりましたが最後は勝ちました。オール一組が勝利したのはなんと八年ぶりだそうです。すごい快挙だと思いました。

二日目、今年は去年までの合唱コンクールが〝かくまミュージックフェスティバル〟に変わって行われました。どのクラス、学年ともに気持ちのこもった合唱で感動しました。また、美術部展や職員展などは、テーマのとおり一人ひとりの個性が光っていてよかったです。吹奏楽部の発表も、それぞれの楽器の個性がひとつになった演奏ですごかったです。そして、最後は閉祭式での正副の劇で全てが終了しました。

今回のかくま祭は、自分たちが進めてきたということで、大変だったところや苦労したところなどたくさんありました。でもその分、全校が一丸となって楽しめて、達成感がすごくあり良い思い出になりました。アルミ缶回収などでかくま祭を支えてくださった地域のみなさん、本当にありがとうございました。

図書館へ行こう！

東御市立図書館　☎64－5886

10月のテーマブック【おいしいもの】

10月は実りの秋、食欲の秋です。おいしいものを読んで、おなかをいっぱいにしてみませんか？

●サンドイッチ　サンドイッチ
小西英子：さく
福音館書店

●おでんさむらい　ちくわのまき
内田麟太郎：文
西村繁男：絵
福音館書店

図書館だより

図書の特別整理期間により長期休館になります

今月は、図書の蔵書点検のための特別整理期間を設けます。期間は10月14日(水)から18日(日)を特別整理日とし、この前後12日の祝日から19日(月)の通常休館日を含め8日間が休館となります。期間中は図書の貸出しや予約ができません。返却の場合は玄関前の〝返却ボックス〟をご利用ください。皆さまには、長い休館日となりご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。

【特別整理とは】

図書館では毎年蔵書点検を行っています。お店で言うと「たな卸し」にあたります。不明本がないか、本が正しい場所にあるかなど、館内にある図書を一冊一冊点検し、正しい状態にするため一定期間休館して作業を行うことを特別整理といいます。

図書館発　オススメの一冊

●終わらないラブレター
桜林　美佐：著
PHP研究所

後世に伝え残したい、「日本人として生きた」先人たちの記憶―。「日赤看護婦たちの戦争」「病院船『氷川丸』の戦後」「沖縄を守ろうとした人々」など、先の戦争を体験した人たちの物語をオーラルヒストリーとしてまとめる。

●あいたい
光丘　真理：作
武田　綾子：絵
文研出版

亡くなった従妹の明子が残した謎の伝言「あいたい」の意味をさぐるため、美砂は生前の明子に関わった人たちに話を聞いて回る。はたして「あいたい」はどんな意味を持つのか？「生きることは愛すること」と伝える感動の物語。

10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	❺	6	7	8	9	10
11	⓬	⓭	⓮	⓯	⓰	⓱
⓲	⓳	20	21	22	23	24
25	㉖	27	28	29	㉚	31

特別整理期間

◆新着本案内◆

◆一般書
●明日の元気のつくり方……黒川　伊保子・監
●道誉と正成……安部　龍太郎・著
●冷凍保存で節約レシピ……夏梅　美智子・著
●オーガニックヤーンのショール・キャミ・チェニック・ボレロ……アップルミンツ・発
●大活字本　天地人　中……火坂　雅志・著

◆児童書
●デモナータ9幕　暗黒のよび声……ダレン・シャン・作
●るすばん……山崎　優子・絵
●なんのぎょうれつ？……オームラトモコ・絵
●カモシカとしょかん……水上　悦子・絵
●きらり　ながれぼし……たなか　しんすけ・絵

◆行事予定◆

和こども文庫による10月のおはなしこども会
●日時　10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　読み聞かせ　～秋のおはなし～
しかけ紙芝居「てぶくろ」
工作「木の実のクラフト」

10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　こどもフロアー
●対象　就園前のお子さん

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

全国大会で3名がベスト16の大健闘
東部柔道教室

8月23日、松本市総合体育館で開催された『第6回全国小学生学年別柔道大会』に出場した東部柔道教室の3名が、各県を代表する強豪選手を相手に全員がベスト16入りをする好成績を収めました。

今大会には、6年生男子50kg級へ小林耀平さん（祢津小・2年連続出場）と羽柴敦樹さん（滋野小）、6年生女子45kg級へ上原万智子さん（田中小）が参加しました。強豪ひしめく予選リーグを3名とも2連勝し、決勝リーグへ進出。決勝リーグでも攻めの気持ちで最後まで大きな声を出して健闘するも惜しくも敗退となりました。

2年連続出場の小林さんは昨年の予選リーグ敗退の雪辱を晴らすことができました。また、全国大会へ3名も出場することができ、強豪ぞろいの厳しい状況で3名がベスト16入りしたこと、5月の大会に続きベスト16入りした選手たちを監督の上原隆幸さんは褒めたたえていました。

東部柔道教室は、10月に東京都の講道館で行われる第18回日整全国少年柔道大会へも出場を決めており、3名の活躍により教室生たちの稽古はますます盛り上がり、6年生にとって最後の公式戦となるこの大会で更なる好成績を狙っています。

▲保護者の方の手作り応援旗を持ち記念撮影
左から上原さん、小林さん、羽柴さん

第6回 東御市民ゴルフ大会結果

8月23日・24日に第6回東御市市民ゴルフ大会が、上田丸子グランヴィリオゴルフ倶楽部で行われ、326名が参加しました。参加者は晴天の下、日頃の練習の成果を競い合いました。また、24日のプレー終了後には中央公民館において表彰式が行われ、お互いの健闘をたたえあっていました。

総合【新ペリア方式】
カッコ内は、グロス／ハンディキャップ／ネットの順

Aクラス（グロス　～90）
優　勝　福島　武司さん（87／19・2／67・8）
準優勝　今井富士雄さん（78／9・6／68・4）
第3位　中村　仁士さん（90／21・6／68・4）

Bクラス（グロス　91～100）
優　勝　柴田　茂美さん（99／30・0／69・0）
準優勝　清沢　正男さん（91／21・6／69・4）
第3位　丸山　良知さん（94／24・0／70・0）

Cクラス（グロス　101～）
優　勝　丸山　徳彦さん（107／36・0／71・0）
準優勝　山浦　良江さん（104／32・4／71・6）
第3位　山岸　照男さん（103／31・2／71・8）

シニアの部
優　勝　中村　仁士さん（90／21・6／68・4）

レディースの部
優　勝　金根　道子さん（77／8・4／68・6）

ベストグロス賞
1位　小林　光さん　70＝33・37
2位　尾美　高男さん　71＝35・36
3位　武舎　直人さん　71＝34・37
4位　佐藤富士夫さん　74＝37・37
5位　清水　学さん　74＝40・34

今月から住民税の年金からの引き落とし「特別徴収制度」が始まります

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引き落とし「特別徴収」が始まります。

特別徴収される住民税額については、すでに送付してあります納税通知書をご確認ください。

●問い合わせ先
税務課住民税係
☎64－5877

マイバッグを持って、レジ袋の使用を減らしましょう

〝ドラム缶275万本！〟皆さんは、この数が何の量か分かりますか――これは、1年間に国内で使用されるレジ袋の使用料を原料である原油に換算した数値です。（レジ袋1枚に原油18・3ミリリットル使用、ドラム缶1本当たり200リットルとした場合）私たち1人あたりが使用するレジ袋の枚数は年間約300枚といわれ、東御市の人口32000人とすると、単に計算で年間960万枚ものレジ袋が市内で使用されていることになります。持ち帰ったレジ袋は、再利用される場合もありますが、大半はごみとして捨てられてしまいます。

市では、このような使い捨てによる資源の無駄づかいをなくすため、省資源化とごみ減量化のために『レジ袋削減運動』に取り組みます。9月28日、千曲川流域の住民の皆さんやスーパーなどの事業者、市町村の三者でレジ袋削減のための協議会が設立され、地球環境に配慮したこの運動をより一層推進していくこととしました。

レジ袋削減運動は「いつでも・どこでも・だれでも」が参加できる運動です。

お買い物をする際は・・・

①あらかじめマイバッグやマイバスケットを持って出かける。

②少量なら手持ちのセカンドバッグやデイバッグに入れる。

③缶ジュース1本、ガム1個程度なら、シールを張ってもらうなどしてそのまま受け取る。

など、誰もが買い物をしたときにレジで「レジ袋はいりません」というだけでレジ袋削減運動に参加できるのです。

10月は、環境にやさしい買い物キャンペーンを行っています。資源の有効利用に配慮した商品の選択や、過剰包装を避けるなど、日ごろから環境への負荷を減らす行動を実践しましょう。一人ひとりが自らのライフスタイルを見直し、未来の子どもたちへ豊かで健全な地球環境を残していく『はじめの一歩を』踏み出していきましょう。

●問い合わせ先
市民課生活環境係 ☎64－5896

防犯ひとくちメモ 原交番所長より耳学問

振り込め詐欺にご用心！

振り込め詐欺は、平成21年1月から8月末現在、長野県内では86件・約8、000万円、上田警察署管内では6件・約470万円の被害状況となっています。東御市内では被害こそ出ておりませんが、テレビなどのメディアでも盛んに取り上げられ注意を促されているにもかかわらず、全国的に後を絶たないゆゆしき状況です。

いつ皆さんが被害に遭わないとも限りませんので、最善の注意が必要です。

◆振り込め詐欺の種類

①オレオレ詐欺
子どもや孫を騙って、「会社のお金を使いこんでしまった」とか「借金の保証人になってしまった」などと言って、お金を騙し取る詐欺です。

②架空請求詐欺
身に覚えのない「有料サイト」や「裁判通知」、「名簿削除料」などの未納料金や手数料などを請求して、お金を騙し取る詐欺です。

③融資保証金詐欺
「低金利」や「即日融資」、「高額融資」など好条件をうたい文句にして、連絡した人に対して「保証料」を口実に、お金を騙し取る詐欺です。

④還付金等詐欺
「税金の還付」や「医療費の還付」、「電気料や電話料金など公共料金の還付」などを口実に、お金を騙し取る詐欺です。

◆被害に遭わないための対策

①身に覚えのないメールや電話は無視をする。

②金融機関などの暗証番号を絶対に教えない。

③通帳やキャッシュカードを絶対に他人に渡さない。

④身近な人や知人に相談し、警察へ通報する。

これらのことを普段から気に留め、ご家族やご近所、職場の方などにお話しして、お互い被害に遭わないように気をつけていただければと思います。

万が一、被害に遭われた場合は、速やかに交番へ連絡してください。

●東御市警部交番 ☎62－0104
●市民課生活環境係 ☎64－5896

心の眼（65）

生活の根底を揺るがす就職差別

人権同和教育指導員
土屋　文彦

失われた10年とか、１００年に一度の不景気といわれるように現在の世界同時不況は深刻である。その影響はリストラされた中高年層や若者に大きくのしかかっている。特に非正規社員の採用が大幅に緩和された時に、就職期を向かえた若年層への影響は大きい。非正規社員は厚生年金の積立がなく採用期間が短いため、将来的にも非常に不安定な立場にある。またその数が膨大であることは大きな社会問題である。

同和問題において、被差別部落の人々が仕事を得ることが出来ない厳しい時代が、明治維新から戦後部落解放運動が本格化するまで続いた。江戸時代には身分差別で厳しい差別を受けながらも、生活を立てるための仕事として町や村の警護、皮革職人の特権としての死んだ牛馬の処理が行えた。しかし、明治維新後は警察の仕事は江戸時代の下級武士が行い、皮革産業では死んだ牛馬を処理する特権は無くなり、大企業の進出で仕事の場を奪われることになった。明治になり仕事を失ったことは、生活を非常に苦しくし、以後差別を解消できない大きな要因になった。生活のために仕事があれば何でもやり、草履作りや竹細工など、色々な仕事をしてきた。それにもかかわらず部落解放運動が本格的になるまでは、身元調査などによる就職差別があり、なかなか安定した職業に就けなかった。就職差別が行われた事実として、全国の被差別部落の地名をまとめた「部落地名総監」という本が出回ったことがあった。大企業がこのような本を使い就職差別をしていたことがわかり大問題になった。その後、就職の際に使われる応募用紙には本籍や家族に関する記述は不要な統一応募用紙が使われることになった。これは部落解放運動の大きな成果である。

本人の能力があるにもかかわらず、ある地域に生まれたというだけで生活の基盤である就職で差別されたということがいかに重大な人権侵害であるかよくわかる。日本全体が経済不況、失業にあえいでいる現在、人権侵害に繋がる不当な就職差別が行われないようにしなければならない。

『悪質商法からお財布を守ろう』
サラリーマンが生涯教育講座の二次被害に遭うトラブル

過去の情報をもとに、職場にもっともらしい理由を言ってしつこい電話勧誘をし、職場という断れない環境の中で強引に契約させようとする非常に悪質な手口です。過去に「生涯学習」に関連した講座を契約したことのある、30・40代の男性がターゲットになっています。職場にしつこく何回も電話をかけてくるため、強引な勧誘から逃れたいという思いから、新たな高額な契約をさせようという悪質な二次被害の手法です。このような手口は、特定商取引法の電話勧誘販売にあたります。法律の中で、再勧誘や嘘を言うこと、追詰めて困らせることなどは禁止されています。

【事例】

以前に行政書士の教材を契約し支払いは終了しているが、突然職場に電話があり、「以前契約したものは生涯教育になっているので、新たな手続きをしてもらわなければ困る。これで終了となる。」と勧誘された。そして「今、手続きしておけば自動的に他の業者からの勧誘がなくなる」と言われたため、書類を送ってほしいと伝えた。２日前に書類が届いたが５４０、０００円と高額な行政書士の教材の購入契約書で署名するだけになっていた。契約書が届いたが、やめることはできるか。

【アドバイス】

①電話勧誘などで契約の意思がない場合には、相手が販売目的であることを確認し、はっきり「**お断りします**」と伝えましょう。

②電話勧誘で契約の申し込みをしていなければ「申し込みの意思は全くありません。今後の勧誘電話はお断りします」と書面で通知しておきましょう。

③電話勧誘で「申し込みをした」と誤解されるようなあいまいな返事をし、申込書が届いてしまった場合は、クーリングオフの通知をしておきましょう。

④トラブルが生じたときは、早めに相談してください。

（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

こんにちは 健康運動指導士です

生活活動アップでカロリー消費 ～日常生活をキビキビとスピーディーに～

小林（こばやし） 誠司（せいじ）
健康運動指導士

東京都民より長野県民は歩かない!?

東京都と長野県を比較すると、東京都男性８０００歩近くに対して、長野県男性は約７０００歩と一般的に歩行数が少ない結果が出ています。長野県は車社会であり、自然に歩く機会が少なくなるのに対し、東京では電車を降りては広い駅の構内を歩くといった生活習慣の違いによりこのような結果がでてきています。

運動をしない「時間がないから…」

日ごろの運動不足を感じている人は約7割いるのに対し、4人に1人は最近1年間に運動をまったくしてないという報告があります。その理由の大半は、仕事・家事などが忙しくて時間が作れないというものです。身体活動を増やすには〝生活活動〟を増やす!!

身体活動はテニスやウォーキングといった体力の維持・向上のために行う「運動」と通勤や家事、仕事などの「生活活動」に大別できます。もし、「運動」をする時間がないのであれば「生活活動」を増やし身体活動量を上げましょう。時間がなく、歩く習慣のない人に、これから運動する時間を作るということは難しいことかもしれません。しかし、通常過ごしている生活を少し工夫してみることで身体活動量は上がるのです。家事や育児は生活活動の宝庫であり、通勤も同様です。掃除する時間や通勤時間を特別増やす必要はありませんが〝キビキビ〟と〝スピーディー〟に行うことが大切です。素早く仕事を行えば、身体活動量は上がり貴重な時間が生まれ、一石二鳥でもあります。

運動を定期的に行えないのであれば身近な生活活動を上手に利用して、アクティブな生活の習慣化をはかりましょう。こまめに動く人は、その分カロリーを消費し太りにくいといえます。

しんたいの shin-tai 「ちょっと耳よりな話」 ⑲

身体教育医学研究所 研究部長 岡田 真平

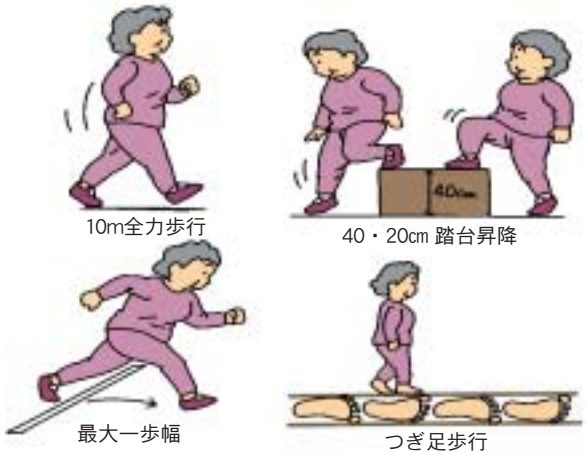
ぜひご参加を！「足腰しゃんしゃん教室」

「老化は脚から」は誰もが知っている言葉ですが、実際に自分の脚力を数字で知る機会はなかなかないのではないでしょうか。今現在の自分自身の脚力を数字で客観的に把握し、自分で実践できる健康維持の方法を見つけることが老化予防の第一歩ということで、市では毎年、地域包括支援センターと研究所が協力し、区ごとに参加を呼びかけ「足腰しゃんしゃん教室」を開催しています。

私たちが調査したところでは、「足腰しゃんしゃん教室」に参加した自立生活を送る高齢者のうち、脚力が年齢相応の方でも7年後には大体30％ぐらいの方は介護が必要な状態に移行されています。それに対して、年齢相応よりも高い脚力だった方はその半分の15％ぐらいの方が、一方で年齢相応よりも低い脚力だった方はその2倍の、なんと60％もの方が介護状態に移行していらっしゃいました。だからこそ、今現在の脚力をいち早く把握し、可能な限り健やかに暮らし続けるための手立てを知っていただくことが大切だと考えているのです。

また、最近の海外からの研究報告（Ｄｅｓｈｐａｎｄｅｓ２００９）でも、早歩きのスピードが遅いほど、その後の認知機能（いわゆるボケることと関係する能力）の落ち方が大きいことが明らかにされました。早歩きのスピードは、「足腰しゃんしゃん教室」でも測定する項目の一つです。

今年も多くの区で、秋から冬にかけて「足腰しゃんしゃん教室」が開催されます。また回覧やオフトーク、有線放送で案内がありますので、自分自身の健康管理や老化予防の第一歩としてぜひともご参加ください！



【足腰しゃんしゃん教室の４つの項目（健脚度®）】

税のワンポイントアドバイス

「家屋の固定資産税が大幅にあがりましたがなぜですか？」

Q 住宅を新築して４年目になりますが、今年から家屋の固定資産税が大幅に上がりましたがなぜですか？

A 一定の要件を満たし新築された住宅については、新築された翌年から３年間に限り床面積の120㎡までの部分について税額が２分の１に減額される制度があります。４年目からはこの減額制度が適用されなくなります。このため、住宅新築後４年目からは家屋の固定資産税が増えることとなります。

家が年々古くなっていくのに税金の額は下がらないのですか？

Q 家を新築してから10年が経った。家は古くなっているのに、思いのほか税金が安くならないのはどうしてですか？

A 家（家屋）の評価額は、再建築価格※１に建築後の経過年数に応じた経年減点補正率等※２を乗じて求められます。再建築価格は、3年に1度の評価替えにおいて以前の評価替えの際の建築資材価格等と比較し、その価格が上昇した様な場合はその年の再建築価格が増加することとなり、経年減点補正がされたとしても税金が思ったほど安くならないという現象が起きています。なお、家屋がどんなに古くなっても20％の評価は残ることとなっています。

※１　今の家と同一のものを評価替え時点の価格で新築するものとした場合の価格です。

※２　建築後の年数の経過によって通常生ずる減価等を補正する割合です。

●問い合わせ先　税務課資産税係　☎62－1111（内線1171）

まるごと生活百科

10月の納税　（納期限11月２日）

- 市県民税（普通徴収）（３期）
- 国民健康保険税（普通徴収）（５期）
- 後期高齢者医療保険料（普通徴収）（４期）
- 介護保険料（普通徴収）（４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８月の出動件数＝

火災　１件（17件）　救急88件（649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　８月分

８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	14（86）	3　（７）	17（93）	＋４（－37）
傷者	18（108）	0　（７）	18（115）	＋３（－51）
死者	0（0）	0　（１）	0（１）	±０（－１）

とうみの気象記録（東御消防署調べ）

	平成21年８月	平成20年８月
最高気温	34.1℃（12日）	36.2℃（３日）
最低気温	15.6℃（25日）	16.3℃（22日）
平均気温	23.9℃	24.3℃
平均湿度	68.1％	78.8％
降 水 量	72.0㎜	71.5㎜

営利を目的としない助けあいの制度

❶共済金を真っ先に　何よりまずは共済金。お支払いを最優先にしています。

❷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。

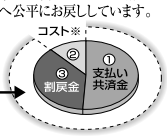
❸剰余金は割り戻し　剰余金は割戻金としてご加入者へ公平にお戻ししています。

昨年度もムダなく健全に！　平成20年度も、掛金の8割強が共済金と割戻金に当てられました。

右図：県民共済グループの収支状況（平成20年度／すべての共済事業の合計）

※（異常危険準備金・事業費など）

掛金還元率…83.91％　この部分が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　聞いてなるほど」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左の金融機関がいずれか一方をご指定ください。※ゆうちょ銀行の窓口ではお申し込みいただけません。

■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〉

なるほど The ごみ(gomi) No.61

クリーンリサイクル係 ☎63－6814

「食の省エネ」考えてみましょう！

よく言われるエコ料理やエコクッキング。食材や光熱水を工夫して調理をすることというイメージがありませんか。実はエコ料理とは、食べ物の生産から生ごみの処理までの色々な場面で使われるエネルギーを考え、いろいろ工夫することなのです。食材には多くのエネルギーが使われています。大切に使いましょう。

旬のものを食べよう

野菜や魚、くだものなどの旬。旬とは、そのものがたくさん取れ、最もおいしくなる時季のことです。たとえば夏が旬のトマトを冬の温室で作るとたくさんのエネルギーが必要です。ということで、旬の食べ物を選ぶことはエコなのです。

【おもな野菜の旬】

豊かな食生活の中で、旬のものだけで生活することは困難ですが、ちょっと考えてみませんか。

【身近な野菜の旬】

野菜＼月	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9
にんじん	←										→	→
しいたけ	←	←										→
はくさい	←	←	←									
ねぎ		←	←	←								
ほうれん草		←	←	←								
ダイコン		←	←	←								
アスパラ						→	→	→	→			
キャベツ						→	→					
きゅうり										→	→	
なす										→	→	→
トマト										→	→	
かぼちゃ											→	→

※一般的な例です。野菜には春物や秋物、産地等がありますので、目安としてください。

国民年金アドバイス

基礎年金への国庫負担が1／2になりました

年金の給付に要する費用は、現役世代（＝公的年金加入者）の支払う保険料と国庫負担（＝税金）で成り立っています。国庫負担が使われているのは、現役世代の保険料負担を軽減しつつ、年金の給付水準を維持するためです。

基礎年金（＝国民年金）に対する国庫負担の割合は今まで3分の1でしたが、法律改正により平成21年4月1日以降の期間から2分の1になりました。

免除期間に係る保障が充実されます

国民年金保険料の納付を全額または一部免除された期間も、国庫負担の分は年金を受け取ることができます。国庫負担が引き上げられたことに伴い、平成21年4月以降の免除期間について、年金額に計算される割合も引き上げられました。

国民年金保険料を納付された方が受け取れる老齢基礎年金額を1とした場合、たとえば保険料が全額免除されていた方は、平成21年3月以前の免除期間は納付した方に対して3分の1の年金額を受け取ることができましたが、4月以降の免除期間は納付した方に対して2分の1の年金額を受け取ることができるようになりました。

●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）

KATEKYOu 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。

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局につながりますが、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㈹
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〉

▲大田区くすのき連のステージ

第18回 巨峰の王国まつり

▲巨峰の無料配布は、観光大使の渡辺さんより

▲ステージ進行を務めた東部中の生徒たち

▲「おらが味横丁」には地域の味が集まった

9 月19日・20日、東御中央公園一帯で第18回巨峰の王国まつりが開催されました。両日とも天候に恵まれ巨峰を買い求める方など大勢の来場者でにぎわいました。19日には、元関脇高見山の渡辺大五郎さんが東御市観光大使に任命され、また、20日には友好都市の東京都大田区・くすのき連の皆さんがステージを飛び出し観客と一緒に阿波踊りを踊るなど、実りの秋を喜ぶ２日間となりました。

▲FM長野の公開生放送

全校で大歓迎 元高見山関が 市内の小学校を訪問

9 月18日、元関脇高見山の渡辺大五郎さんが市内５つの小学校を訪問しました。田中小学校では、吹奏楽部の演奏で入場した渡辺さんの姿が見えると体育館に集まった全校児童から歓声が上がり、さらに、学年代表６名が渡辺さんと取り組みを行うと会場中に大きな声援が響き渡りました。

▲６年の高見沢さんが寄り切りで大金星

▼全校でしこの練習

▲質問には詳しく調べた資料も用意されました

私たちの意見を市政へ 東部中学校社会科『模擬議会』

9 月17日、東部中学校で社会科模擬議会が開催され、３年生の２クラスがこの授業を体験しました。夏休み前に事前学習会を行い、生徒たちは夏休み期間を利用して日ごろ感じている疑問や意見、要望ついてそれぞれ実際に現場へ行ったり、インターネットを使い“調べ学習”を行いました。この日は、クラスの代表10名が議員となり、学校や日常生活について、暮らしやすい安全な東御市づくりについてなど質問や要望をしました。花岡市長は市の取り組みの現状を説明し、いただいた意見は市政運営へ反映していきたいと答弁しました。

トピックス　地域の話題

▲息もピッタリ、分担して調理が進む

▼お互いの料理を試食し情報交換

我が家の自慢のレシピを披露 親子料理コンテスト

9月13日、総合福祉センターで親子料理コンテストが行われ、一次審査を通過した親子5組が得意の料理で競い合いました。審査員の質問に子どもたちが家での様子を笑顔で答えたり、子どもたちの料理の知識の豊富さに審査員が驚かされる場面もあり、コンテストは和やかな雰囲気の中で進められました。終了式では、審査員で食の掘り起こしプロジェクトアドバイザーの藤木徳彦さんにレシピへのひと工夫を聞き、プロのアドバイスに感心し親子でうなずいていました。

なお、今回の料理の紹介は、結果と合わせて今後の市報とうみで掲載する予定です。

いろいろな体験ができました

9月5日、中央公民館で子育てフェスティバルすくすくひろばワン・ツー・スリーが行われ、大勢の親子連れが来場しました。いろいろな体験やおもちゃ作り、音楽に合わせたリズム遊びなど、子どもたちは楽しそうに取り組んでいました。また、子育てについてお母さんたちの情報交換をする場所にもなっていました。

ともに力を合わせて半世紀

9月22日、中央公民館で市と市老人クラブ連合会（出澤保則会長）が共催で金婚祝賀式を行いました。この日は、金婚式を迎えられた44組のご夫婦が参加し、花岡市長と出澤会長のお祝いの言葉に続き、慶祝状と記念品が1組ずつ手渡されました。

学習の成果を発表

9月11日、12日の2日間、北御牧中学校で第43回かくま祭が「夢色～142色を夢の絵に～」をテーマに行われました。学校には保護者や地域の皆さんが大勢訪れ、12日に行われた“かくまミュージックフェスティバル”にはクラスや学年ごと練習を重ねてきた合唱に聞き入っていました。

甘酸っぱい香り漂うナイヤガラ狩り

9月13日、サンファーム（出場）で親子ふれあいナイヤガラ狩りが行われました。晴天に恵まれたこの日は、約120名が会場に集まり、木で十分に熟したナイヤガラから甘酸っぱい香りが農園いっぱいに漂っていました。参加した皆さんは、たわわに実った甘いナイヤガラを摘んでは口に運んでいました。

できごと短信

8・29～30▼第45回舞台が丘祭（東御清翔高校）

9・13▼第10回コトヒラ杯スポーツ少年団野球大会（コトヒラ工業㈱本社グラウンド）

9・21▼北御牧敬老会（ふれあい体育館）

市報
とうみ
平成21年
10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 長野県東御市県281－2
●TEL（64）5806 FAX（63）5431 E-mail shiho-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

食による地域づくり
とうみ食育の里 ⑦

元気な農業・豊かな農村を目指して

食の安心・安全、そして、地産地消が叫ばれて久しくなりました。

高度経済成長の波に乗って、安価な農畜産物が洪水のように押し寄せて国内農業が疲弊してしまいました。こうした中で食品の偽装が相次ぎ、安心・安全な国内産が大きくクローズアップされています。

私たち「味工房ゆらり」は開業以来、地元産あるいは国内産にこだわり『農』と『食』に携わっています。近年、米粉の普及が盛んになり、ＪＡの搗精（とうせい）工場内で製粉した東御市産１００％の米粉を使った給食パンを市内はじめ上田市の保育園や小・中学校へ提供して大きな評価を頂いています。信州特産のおやきにも地元及び県内産の小麦粉、具は全て地元産を使い懐かしい味が喜ばれています。さらに、地元産の牛乳をたっぷりと使ったジェラートアイスは、コクのある味に仕上がっています。

▲地域の食材・地域の味にこだわります

戦後の自由経済の名のもとに日本の農業は斜陽化して、自給率41％は先進国では最低の水準です。しかしながら近年、農村が持つ多面的な機能が見直されてきました。こうした社会の流れの中で、これからも食育を通じて元気な農村、活力ある地域社会の構築に努めていきたいと思っています。地域の皆さんのご支援、そして、ぜひ味工房ゆらりへお越しをお待ちしています。

農事組合法人
味工房ゆらり
城田　滋喜

▲安心・安全、地元の味をご賞味ください

人の動き

（９月１日現在）

世帯数
11,455世帯（－６）
総人口
31,800人（－２）
男 15,593人（－５）
女 16,207人（＋３）

転入 73人（－13）
転出 79人（－18）
出生 29人（＋６）
死亡 25人（＋７）

※カッコは８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

編集後記

▼実りの秋、収穫の秋を迎え、今年も恒例の巨峰の王国まつりが大勢の皆さんでにぎわいました。▼その取材の帰り道。田中保育園の園児たちが地域の皆さんと田植えをした田の脇を通りかかり、夏の天候による実り具合が気になり車を止めました。稲の穂は重みで垂れ、手にとってみるとその重みが手に伝わってきます。夏後半の好天によりどうやら持ち直してくれたようです。嬉しさと自然のたくましさを感じました。そして、これらを植えた園児たちにも同様にたくさんの実りがあり、たくましさが備わってくれたことを期待しながらカメラを取り出し、黄金に輝く稲穂を写真に収めました。収穫祭がとても楽しみですね。（市報担当　大塚）