



明るく幸せな一年でありますように



東御市長

新年あけましておめでとうございます。

春をお迎えのこととお喜び申し上げます。 今年の干支は『寅』。冷え切った状態の世相を、干支 市民の皆様には、夢と希望に満ち溢れた輝かしい初

の寅にあやかって、是非とも「元気な東御市」にした

暮れには、その兆しとも言うべき朗報が舞い込んで

長野朝日放送が主催する「第9回ふるさとCM大賞」

になりました。 た。この一年間、市の特産品である胡桃と、天下無双 み)相撲やっちゃってま~す』が見事大賞に輝きまし において、市のビデオクラブの制作した『胡桃(くる の力士・雷電の里である東御市の名が県下に轟くこと さて、昨年秋以降、

学校において学級閉鎖をしなければならない状況が続 ンザが猛威を振るい、 いております。心からお見舞い申し上げますとともに 集団感染により保育園や小・中 市内においても新型インフルエ



に対策を講じてまいります。市と致しましても、引き続き市民生活の安定化を主眼

ものと危機感を抱いております。を落とすとともに、自治体経営にも大きな影響があるとデフレスパイラルへの危惧は、社会全体に不安の影また、景気は後退し、デフレ不況による経済の停滞

くりを展開していかなければなりません。歩みを着実に進め、真の東御市らしさの溢れるまちづしかしながら、地方分権が加速する中、これまでの

今年は、市制施行七年目を迎え、発展・成長期への今年は、市制施行七年目を迎え、発展・成長期へのともに考え、創っていかなければなりません。の格言に学び、タブーなく議論を重ね、市民の皆様とな諸課題に対しては、「虎穴に入らずんば虎子を得ず」時代の変化を的確に捉え、市の抱える喫緊にして重要時代の変化を的確に捉え、市の抱える喫緊にして重要時代の変化を的確に捉え、市の抱える機能はもとより、

途上にあります。 今年は、市制施行七年目を迎え、発展・成長期への

合併時に樹立した市の柱とも言うべき「第一次東御合併時に樹立した市の柱とも言うべき「第一次東御りました。

む予定です。
したので、本年は具体的な設計をお示しする段階に進したので、本年は具体的な設計をお示しする段階に進計画を、市民の皆様と協議を進め、方向性が出されま市役所庁舎と図書館を含む舞台が丘エリアの再整備

四月には、懸案でありました「助産所とうみ(仮称)」

してまいります。と、東御市で生まれる子どもたちの出発の場所を提供と、東御市で生まれる子どもたちの出発の場所を提供のオープンを間近に控え、安心してお産のできるまち

目指してまいります。知恵が育ち、身体が育ち、食育のある保育園づくりをり豊かなものにするべく、保育園の改築に関しては、子どもたちにとって一番大切な人間形成の時期をよ

今年は、、未知を歩こう信州ディスティネーション今年は、、未知を歩こう信州ディスティネーション今年は、、大知を歩にののです。そんな観光・交流事業にも力を入れてまいものです。そんな観光・交流事業にも力を入れてまいものです。そんな観光・交流事業にも力を入れてまいものです。そんな観光・交流事業にも力を入れてまいった。

産地消、 るまちづくりの実現と、併せて防災・災害時における 意努めてまいる所存でございます。 づくり」を念頭に、 野駅構内で「エキナカビストロ」を開催いたします。 活性化を図ることを目的として2月に一週間、 域食材の発掘や商品化を推進し、市内食材のPRと地 ニティFM放送局の開局準備を推進してまいります。 メディアとして、情報伝達の切り札とも言えるコミュ いずれの施策も、 更に、「食の掘り起こしプロジェクト」による、 また、豊かでゆとりある生活と希望の持てる活気あ 加えてブランド戦略による食を通じた地域の 市民を主人公とした「協働のまち 初心を忘れずに粉骨砕身、 J R 長 誠心誠 地

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



2009年

2 月

月

3

月



▲銀メダリストと楽しく水泳 (トップアスリート派遣事業)











▲今年も燃えました(市民まつり)

▲青空の下、にぎやかに開催(火のアートフェスティバル)

5 月 6

社会福祉大会(4日)

消防ポンプ操法及びラッパ吹奏大会

21 日

月

県植樹祭

① 日 日

12 11 月 月

田中駅南口竣工式(16日)

。ふるさとCM大賞』 受賞

6

日

(権尊重のまちづくり市民の集い

十二ふるさとCM大賞NAGAN

植えられた(県植樹祭)

10 月

9 月 親子料理コンテスト

コミュニティFM放送セミナー

16

日

13 日 H

の王国まつり

19 20 日

命

8 月 7 月

市 民まつり 東御どすこいSUNSUN」

村真衣さんの水泳教室 トップアスリート派遣事業 23 日

震総合防災訓 人式 (15日) ★12名が市内にホームステイ 練

独スポーツ少年団同時交流事業

7 $\widehat{1}$

10日

且

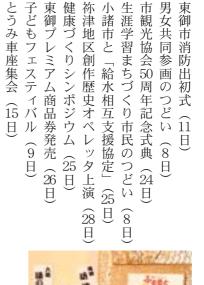
東御の日記念式典 ★渡辺大五郎さんを観光大使に任 (3日)

ハのアートフェスティバル 民病院助産所建設起工式 29 日 10 \(\) 日

県縦断駅伝競争 小学校創立130周年記念式典 「上田東御小県チー 14 ~ 15 日 Ż 初優 31 H

勝 5 日

1月3日から長野朝日放送で、受賞作品「胡桃(くるみ)相撲やっちゃって ま~す」(とうみ市ビデオクラブ制作)の放映が始まります。



4

月

平成21年11月22日現在、日本のインフルエンザの患者が累計で1000万人を超え、その大半は新型インフルエンザ(H1N1)です。長野県でも感染が拡大しています。 年末年始のこの時期に、家族や職場での対策を再確認しましょう。

◆新型インフルエンザQ&A

(厚生労働省・新型インフルエンザ対策推進本部より)

- **Q1** 新型インフルエンザに感染した人でも、新型インフルエンザワクチンの接種が必要ですか?
- **A 1** 基本的に新型インフルエンザに既に感染した方は、免疫が確保されているためワクチンの接種を受ける必要はないと考えられます。
- **Q2** 季節性インフルエンザワクチンは、新型インフルエンザにも効果がありますか?
- **A2** 季節性インフルエンザのワクチンは今回の新型 インフルエンザウィルスに対しては有効ではな いと考えられます。
- **Q3** 授乳中にインフルエンザワクチンを接種しても 問題はありませんか?
- A3 授乳期間中でもインフルエンザワクチンを接種

しても支障はありません。不活化ワクチンというタイプで、母乳を介してお子さんに影響を与えることはありません。

◆接種料金の補助があります

市民税非課税世帯の方には接種料金の補助があります。すでにワクチン接種された方で、補助を受けられていない方は下記まで連絡をお願いします。

◎引き続き、感染予防に努めましょう!!

- ・外出時にはマスクを着用しましょう
- ・手洗い、うがいを習慣化しましょう
- ・咳エチケットに心がけましょう

(マスクの着用方法や手洗いの注意事項は 市報とうみ10月号3ページをご覧ください。)

◆新型インフルエンザワクチン接種スケジュール (平成21年11月30日現在)

ワクチンの提供量が限られているため、引き続き接種対象者に優先順位を設けて実施していきます。

(変更する場合があるため、長野県ホームページなどで最新情報を確認してください。)

【長野県公式ホームページ:http://www.pref.nagano.jp】

予約がとりにくい等の状況がありますが、落ち着いて対応をお願いします。

接種対象者		予約開始日	接種開始日	接種回数	備考
小学校高学年(4~6年生)		12月10日~	1月7日~ 2回		
1 歳未満の小児の保護者等		12月17日~	1月7日~ 1回		
中 学 生		12月21日~	1月7日~	当面2回	13歳未満は2回
高校生	輸入ワクチン	1月以降	1月以降	当面2回	
同 仪 生	国産ワクチン(検討中)	2月以降	2月以降	ヨ曲 2 凹	
高 齢 者	輸入ワクチン	1月以降	1月以降	1 급	
(65歳以上)	国産ワクチン (検討中)	2月以降	3月以降	1 回	

接種できる医療機関などについては、県ホームページや市報とうみ11月号7ページ等で確認してください。 (市報とうみの市内医療機関一覧表のうち、「ちいさがたの家診療所」では接種できませんのでご了承ください。)

●問い合わせ先 健康保健課保健係 ☎64-8885

いくことを目的としています。 るべき住みよい環境につくりあげて 化対策に取組み、東御市を未来に誇 していくために、市全体で地球温暖 御市でいつまでも安心・安全に暮ら 計画は、 計画」の策定を進めています。この 「東御市地球温暖化対策地域推進 市では今年度地球温暖化対策とし わたしたちが自然豊かな東

身近で実効性のある計画を検討して 地域推進計画検討委員会、環境審議 了した時点で再度、 います。今後、 会等による意見交換等を重ね、より んからの意見収集や地球温暖化対策 計画の策定までには、市民の皆さ 推進計画の素案が完 市民や事業者の

2月号を 報とうみ ます。(市 のでよろ なります をいただ らご意見 皆さんか いいたし しくお願 くことに

予定

▼東御市の温室効果ガス(*1) 排出量の現状

9万9千トンと全体の約39%を占め 量が多くなっています。 民生家庭部門(約17%) ており、次いで産業部門(約3%)、 にみますと運輸部門が最も多く、約 ス排出量は約25万5千トンで部門別 2005年の東御市の温室効果ガ の順に排出

ります。 どがあり、大気中に増えると地 球温暖化を引き起こす原因とな ほかメタンや一酸化炭素・フロンな 保つ働きをするガス。二酸化炭素の 表から放射される熱とのバランスを (*1) 太陽光から得られる熱と地

▼温室効果ガス削減目標

05年度を基準としました。) 排出量推計が困難なため、20 とおり素案に盛り込みました。 を基準としていますが、市では を基準と定め、削減目標を次の (『京都議定書』では1990年 上記の推進計画検討委員会で 市の2005年度の排出量

短期目標

平成24 (2012)

中期目標

平成32 (2020) 年度

ます。

当たりの排出量は123トンになり 4万5千トンが排出(*2)され、1日 にあります。このうち、家庭からは トン(最新データ)で年々増加傾向

30%削減 % 25 %

長期目標

平成62 (2050) 年度

80%削減

※数字は1990年比の削減相当量

13%削減 年度 % 6 %

量は、

2007年では、

年間約27万

削減努力が必要となります。ライフ 排出量の2・5%になります。この 組みましょう。 スタイルを見直し、 数値から見てもわたしたちは更なる この排出削減量は家庭からの1日の 減され(取り組み結果は左ページ)、 9』では約3トンの二酸化炭素が削 んや事業所で取組んでいただいた 『とうみエコライフDAY200 10月3日「東御の日」、市民の皆さ 温暖化対策に取





灯油器具、 炭素の主な要因は、照明・家電製品 (*2) 家庭から排出される二酸化 ガス器具使用によるもの

市から排出された温室効果ガスの

3 t削減

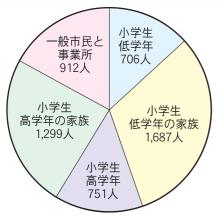
エコライフDAYで

環境コラム

みエコライフDAY 2009」

実施日:2009年10月3日(土) 東御の日

〔参加者内訳〕



削減したCO2の量は……杉の木の年間吸収量



(*3) 高さ20m以上の50年杉の1年間の吸収量は 約14kgといわれています。

〔参加人数と削減量〕 トン-5.0 人8000 削減量 7000 参加人数 6000 5,355人 5000 2.98t 3.0 4000 2.0 3,476人 3000 1.17t 2000 1.0 1000 0 0 2008年 2009年

まとまりましたので報告します。 大勢の皆さんに参加いただいたことに感謝し、 化防止につながります。これを機に、毎日がエコライフDA私たちの日ごろのちょっとした行動の積み重ねが、地球温暖 倍の5355人の皆さんに参 今年のとうみエコライフD A Y 加 は、 化防 ただきました。 更に大勢の皆さんに 止に向けた行動 年の参加者数 こうし 0 が必 1

エコライフDAYを前に、小学生低学年 が資源の大切さを勉強しました。



〈チェックシート〉の項目別達成玄

ヘアエックシート / の頃日別達成率	
【小学生低学年】全6項目のうち上位	(%)
水を流しっぱなしにしなかった	92.8
見ていないときは、テレビを消した	87.1
誰もいない部屋の灯かりを消した	86.3
【小学生高学年】全16項目のうち上位	(%)
冷蔵庫のとびらをすぐ閉めた	89.3
シャンプーやハンドソープなどを使いすぎなかった	86.7
ごみ出しルールにしたがって分けた	85.9
【一般・事業所】全16項目のうち主なもの	(%)
ご飯やおかずを残さず食べた	73.6
誰もいない部屋の灯かりを消した	73.0
見ていないときは、テレビを消した	70.7
水を流しっぱなしにしなかった	70.3
レジ袋をもらわなかった	51.0
自動車やバイクを使わずに、徒歩・自転車・バス・電車を利用した	33.9

局の設立をめざし

経過は市報とうみ10月号をご覧ください 現在までの取り組み経過と計画 地 域限定のFMラジオ局 「コミュニティFM放送局」 の概要をお知らせします。 の設立に向けて (これまでの

過

FM放送局設立準備会発足 11月5日、 とうみコミュニテ

行う団体です。 計画の策定など必要な準備事業を 準備会は、 利夫)」を設立しました。 立されるまでの期間、 M放送局設立準備会 いくため、「とうみコミュニティF 放送局の設立を効率よく進めて 放送局の運営法人が設 (会長・花岡 事業・運営 この設立

児玉信越総合通信局長へ提出 11月6日、 放送局設立趣意書を

え方などを設立趣意書としてまと 放送局を設立するための主な考 総務省信越総合通信局

しました。

出資

の

お

願

11



書を手渡しました

を問いません。) を募集しています。

概要説明会開催 11月16日、 運営スタッフ募集の

るため、 約40名の方が参加しまし しました。 放送局の運営スタッフを募集 募集内容の説明会を開催 事務局の予想を上回 た。



放送局の計画概要

لح

とうみコミュニティFM放送局設立準備会の計画概要です。

立するには資金が必要です。

コミュニティFM放送局

を設 Z

の事業に出資していただける方

(個人·法

開 設 目 的

立準備会事務局へお問

い合わ

せ

ください

うみコミュニティFM放送局設

出資を申し込まれる方は、

くらしに密着した地域情報や防災情報を提供することにより、住民の豊かな 生活の向上と安心安全のまちづくりを目指し、農業・商工業・観光・経済・文 化等の各分野における有効な情報を発信して地域の活性化に役立てます。

▼地域情報の共有化

放送コンセプト

地域のコミュニティツールとして位置付け、生活・交通・経済・行政情報な どさまざまな情報を発信することで、聴取者同士が情報を共有します。

▼地域の防災メディア

災害時等の緊急連絡ツールとして迅速な情報提供を行います。

放送局の名称

エフエムとうみ(仮称)

開局希望日

平成22年10月頃(信越総合通信局の免許交付以降となります)

演奏所予定地

東御市田中(田中商店街)

送信所最適地

東御市鞍掛1220 (サンファームとうみ内)

放 送 区 域

東御市とその周辺

空中線電力

20W

事業運営の形態

東御市及び市内外の民間法人等の出資による株式会社

資 本 金 額 2,000~3,000万円

出 資 者 東御市、市内外の事業者と個人を予定

放送時間と番組

1日14~15時間放送/自主制作番組で構成

放送内容見込み

商業等経済情報/タウン情報/防犯情報/娯楽情報/学校情報/気象情報 行政情報/防災情報

※計画概要は随時変動します。



会いと交流の場として活用していただくことで、今まで以上に地域の活性化が期待できます。

「人とまち」「人と店(事業所)」「人と自治体」のコミュニケーションツールとして、また、新たな出

地元の皆様の応援で成り立つラジオ局です。この放送局を、「人と人」

なコミュニテーションが生まれます。

コミュニティFMは、

とができることです。

地域の情報を市民の皆さんや事業者の皆さんが共有することで、

新た

東御市や近隣地域など身近な情報をリアムタイムに伝えるこ

コミュニティFMの魅力は、

コミュニティF

M の 魅

放送エリア計画

んで伝わります。 FM放送の電波は直進性があり、 現在における放送計画エリアのイメージです。 風雨にも影響されず、 Ш や建物の陰にもある程度回り込

複雑な地形や障害物がある場合、 伝わりにくい箇所が生じることがあります。

Ν 上田市 東御市 小諸市 立科町 佐久市

電波が強く及ぶエリア

電波が及ぶエリア

※湯の丸地域については別途検討しています。 ※放送エリアの概要は変更することがあります。

コミュニティ FM Q&A

コミュニティFMってなんだっけ?

正式には「コミュニティ放送」といいます。 都道府県といった大きな枠組みでなく、おお むね市区町村の枠組みで「地域密着型」の情 報が提供できる小規模なFM放送です。

電波はVHF(超短波)で、FM(周波数変 調方式)を使用し、周波数は76~90メガヘル ツのうち、国に割り当てられた一波を使用し ます。

- Q なぜ市が放送局を運営しないのか?
- コミュニティ FM放送を行うためには、国 の免許が必要です。市町村は免許をもらうこ とができないため、民間法人が事業主体とな ります。

今後の事業予定

12月	放送局の運営スタッフを採用します。
22年1月	運営スタッフによる放送局の事業計 画等を作成します。
2~3月	信越総合通信局へ無線局免許申請を 提出します。
3~5月	放送局の運営法人を設立します。
6~7月	総合通信局から予備免許交付後、送 信所・演奏所等設備工事を実施しま す。
8~9月	試験放送を行います。
9~10月	本免許後、本放送を開始。

●問い合わせ先 企画課情報統計係 とうみコミュニティFM放送局設立準備会事務局 64 5 8 0 6

環境調査の結果をお知らせします(その1)

出ているので、

地質的な特徴

ます。 施しています。 市では毎年 今月は、 市内の公共水域の水質と大気環境の調査を実 水質調査の結果についてお知らせし

《地下水 (湧水)》

採水日 8 月 27 日

目の一部です。 環境基準及び水道水質基準項 査を実施しました。 の2か所で、地下水の定点調 片羽八幡水と針ノ木沢湧水 地下水の水質汚濁に係る 調査内容

えます。数値も昨年と比べて 定している反面、汚染された 状態が保たれているようです。 総じて良好な水質であるとい 大きな変化はなく、 の全てが基準の範囲内であり 地下水は、水質が比較的安 両地点とも、調査した項目 安定した

どです。 と農業用水基準項目の一部な

す。井戸をお持ちの方は、定場合は回復に時間がかかりま 期的に色や臭いなどの状態を

安全性を確 使用 AA類型(※2)相当が19地 性度を示す水素イオン濃度 な汚れ度を表すBODは河川 た。また、酸性度、アルカリ (ペーハー) が全体的にアル 基準項目のひとつ、一般的

適正管理、

農地からの肥料成

調査内容は、生活環境の保全 質の定点調査を実施しました。 に関する環境基準項目(※1) 主要河川29地点において、 水

とんどが基準値の範囲内でし カリ性側にふれています。ほ A類型相当が10地点でし

採水日

9 月 28 日

千曲川、

鹿曲川など市内の

信地方の河川は高めの数値が 県が行っている調査でも、東 0前後といわれていますが、

《主要河川》

ましょう。

たが、2地点で基準値を超え

問い合わせ先

ポイ捨ては厳禁です。

などにご協力ください。 分流出を防ぐための適正施肥

もちろん、河川へのゴミの

ていました。一般的には7・

かめるための水質検査を行い

目的によっては、

チェックするとともに、

1地点、 とも考えられます。 あるいは病原性のものではあ て検査しているので、その全 腸菌と性質の似た細菌も含め とどまりました。ただし、大 てがふん便に起因するもの、 大腸菌群数は、A類型相当 B類型相当10地点に

流出が考えられます。 らは、農地からの肥料成分の 基準を超えていました。これ べると、 さらに、 21地点で窒素濃度が 農業用水基準と比

汚れ度、 いえます。 "きれいなレベル"にあると 今回の結果、 透明度からいえば 今の水環境を維持 市内の河川 は

りません。

(※1)以下の通り、水の状態を表す代表的な5つの項目のこと。

生活雑排水の下水道へのつな

分での水質を改善するため、 し、さらに目には見えない部

ぎ込み、合併浄化槽の設置と

BOD(生物化学的 酸素要求量)	水中の微生物が有機物を分解するために必要な酸素の量。有機物による水の汚れ度を示す。 汚れがひどいほど微生物が酸素を必要とするので、数値は高くなる。
SS(浮遊物質量)	水中に漂う直径2mm以下の細かな物質の量。濁りがひどいほど数値は高くなる。
DO(溶存酸素量)	水中に溶け込んでいる酸素の量。一般的に、汚れがひどいほど微生物が活発に活動し酸素 を使うので、数値は低くなる。
水素イオン濃度 (ペーハー)	7.0が中性で、これより小さいほど酸性度が強く、大きいほどアルカリ性度が強い。
大腸菌群数	大腸菌及び自然界にも広く存在する大腸菌と性質が似ている細菌の数。人や動物のし尿等による汚染の指標としている。

(※2) 河川の環境基準は、利用目的によって次の6類型に分類され、それぞれに、上記5つの項目の「維持され ることが望ましい」基準が設けられています。県では、主な37の河川に目標とする類型を指定しており、 市内では、鹿曲川が河川AA、千曲川が河川Aに指定されています。

≪河川の類型と利用目的の適応性≫

AA……水道水 (ろ過等の簡易な浄水)、水浴、自然探勝等の環境保全

(沈澱ろ過等の通常の浄水)、水浴、ヤマメやイワナ等のきれいな水域に棲む水産生物用 ……水道水

サケ科魚類やアユ等の比較的きれいな水域に棲む水産生物用 (高度な浄水処理)、 ……水道水

……工業用水(沈澱等の通常の浄水)、コイやフナ等の多少汚れた水域でも棲める水産生物用

……工業用水 (薬品注入等の高度な浄水)、農業用水

……工業用水(特殊な浄水処理)、日常生活において不快を感じない限度の環境保全



学生の

上田地区納税貯蓄組合連合会では、租税教育推進事業の--環として「第43回中学生の税についての作文」 を募集しました。今年は過去最高となる830作品が寄せられ、その中から市内より2人が『上田地区納税貯蓄 組合連合会長賞』を受賞しました。

ここでは、受賞した2人の作文を紹介します。(敬称略)

豊かにするためにかなりの税が使わ

れていることが分かります。

私の住む市を見るだけでも、

生活を

得税として納めています。また、会 が、その人の所得額にあった額を所 払います。また、会社員や自営業者 買ったものの5%を消費税として支 です。何かものを買ったときに、 か?まず、一番身近なものが消費税 民は、国に納めているのでしょう これだけの税をどうやって私達国

子高齢化の時代。年金で生活するお

っていきます。一九八〇年には生活

活を支える若い働き手はどんどん減 年寄りが増えるのに、お年寄りの牛

買い物に行ったりすることができま 路がなければ自動車で塾へ行ったり、 たり、支払われています。しかし、 必要なものは、全部税金でつくられ でしょう。そして、これらの生活に ガや病気をしても病院には行けない をすべて自分でするのであれば、 ミの処理に困ります。医療費の負担 せん。クリーンセンターがないとゴ 設やゴミを処理するクリーンセンタ たときの医療費。数多くある福祉施 母のもらっている年金や病院へ行っ にないと困るものです。例えば、道 ている教科書。これらはすべて生活 町につくられた道路や公園。 私が通う中学校と、今私の使っ ケ

と考えられます。なぜなら、今は少 さらに税金を上げなければならない ないのは支出額が高く、国の支出を のです。しかし実際、そうなってい のです。税金は、私達の生活をつく の公債費はもっと多くなってしまう からです。このままいくと将来、 すべて払うには、今までの税よりも だけですべて国の支出を補うべきな っています。本来ならば、私達の税 ても国の支出を補うことができない 入が占めています。税だけでは、と を公債費(国の借金)と税以外の収 ところが、国の収入のうち約50% 玉

大切に使ってほし

活を送るため、私達が税を支払うこ 税金がかかります。このようにして、 ったとき、財産を受け継いだ時にも にすべて使われています。豊かな生 ほど書いたように私達の生活のため 私達国民から納められた税金は、先 ています。あとは、酒やたばこを買 社も同じようにして法人税を支払っ

とは、あたりまえのことです。 です。 ダづかいせず、 います。そして、国は私達の税をム 私は将来支払うべき税はきちんと払 のでしょうか。課題は大きいですが、 きる私達はどう負担していけばよい んな大切な税をこれからの時代を生 税はみんなの町をつくります。

東部中学校3年





には三・六人になり、将来は、 手は六・六人。しかし、二〇〇〇 ひとりの税負担は確実に重くなるの を支えるお年寄り一人に対し、 など働き手に対する一人

淳司

東部中学校3年 上 原 ほ

めた税金でまかなわれています。私 何に使われているのか知ることが大 ていくためには、私たちの税金が、 たちが、より豊かで安心して生活し 国の財源の約五十二%は国民が納

払う「所得税」、物を買ったときに支 支えていることが分かります。 払う「消費税」、企業などが支払う なっており、会社員や自営業者が支 金が五十二・一%と一番高い割合に 十九兆円です。この歳入の内訳を見 てみると「租税・印紙収入」つまり税 「法人税」などの税が、国の財政を 平成二十一年度の歳入総額は約八

国債の元本の返済、利子の支払いな び科学振興費などです。国債費は、 る公共事業関係費、そのほか、義務 どの社会資本の充実のために使われ れる社会保障関係費、 費用があてられています。例えば、 る社会となるような方面に、多くの ちが、より豊かで安心して生活でき 教育や宇宙開発などを支える文教及 医療費の負担や老人福祉などに使わ い方は、国会で決められます。私た ているのでしょうか。国の予算の使 さて、それらの税金は何に使われ 道路や公園な

どの費用で、歳出のうち二十二・九% と高い割合になっています。

務のひとつとされています。 教育の義務とならんで国民の三大義 こと「納税」を国民の義務と定めて えられているのです。税は国を維持 国の財政、私たち国民の暮らしが支 います。納税の義務は、勤労の義務、 いものです。憲法でも税金を納める の負担は増えましたが、その税金で 消費税が三%から五%になり国民 発展させていくために欠かせな

げる中、財政の柱である税の仕組み 要があるのです。 えのない社会と地球を守っていく必 たちがこれからも健康で文化的な生 で夢のある暮らしと深く結びついて 時代でも、そこに生きる人々の豊か 化しています。しかし、税はいつの の役割もそれぞれの時代によって変 など、さまざまな目的に使われ、そ 税は社会保障、環境問題、国際協力 活を送るためには、税のあり方を一 いることを忘れてはなりません。私 人ひとりが真剣に考え、このかけが 日本の経済が戦後大きな発展をと 時代とともに変化してきました。

平成22年4月1日採用の 币正規職員を募集します

試験区分、採用予定人員及び受験資格等

臨床工学技士	給食調理員	採用職種
若干名	若 干 名	採用予定人員
平成22年3月までに取得見込みの方臨床工学技士の資格を持っている方、または	勤務経験のある方格を持ち、学校給食室または大量調理施設で昭和44年4月2日以降の生まれで、調理師資	受 験 資 格

※採用は平成22年4月1 H

申し込み方法

①提出書類

- ・職員採用試験申込書(市役所総 務課にあります)、写真貼付
- 資格証明書の写し、または取得 見込みの者は在学証明書

②申込書の請求

用してください。 サイズ普通紙、両面印刷)して使 ジから用紙をダウンロード(A4 請求するか、 申込書は、 東御市のホームペー 市役所総務課に直接

東御市ホームページ

3、受付期間 記載したものを同封してください 封筒に80円切手を貼り、 書きし、返送用として長形3号の の表に「試験申込用紙請求」と朱 http://www.city.tomi.nagano.jp/ 郵送で請求される場合は、 返信先を 封筒

> 15日(金)まで(郵送の場合、 日消印まで有効) 平成22年1月1日(金)から1月

※電子メールやファクシミリでの 受付けはできません。

試験の日時、場所等

①筆記試験

- · 試験日 平成22年1月30日(土) 午前9時から
- · 場 所 東御市役所

②口述試験

- · 試験日 平成22年2月下 旬
- 東御市役所

※詳しくは応募要領でご確認くださ

●問い合わせ先 T389-0592

☆64 - 5 8 7 6 東御市県281番地2

議案19件が提出される

会が、 例 認1件をはじめ、 年度補正予算の専決処分の承 れました。この定例会への提 までの22日間の会期で開催さ ・企業会計それぞれの補正予 出議案は、 平成 部改正8件、 11月27日から12月18日 21年市議会第4回定例 新設条例1件及び条 市における平成21 一般・特別 市有財産

> た。 されました。その他に請願1 へ付託され慎重審議され 陳情6件が各常任委員会

議会だより』をご覧くださ 細については2月発行の『市 (今定例会の審議結果等の)

1件の合わせて19議案が まし ½提出 詳



一般質問が行なわれた ▲12月7、8日には、

値と変更はありませんでした。)

市長 招集 0

譲渡について1

その他

学級閉鎖や学年閉鎖を余儀な が全国: 保育園や小・中学校におい 内においても患者数は増加 くされる状況が続いておりま 途を辿り、 秋以降新型インフルエンザ 市と致しましては、 一的に猛威を振るい、 集団感染により 対策 市 7

今後は、 もたらされることが予想され に迫られております。 その動向を注視していく必要 政制度の根幹に大きな変革が こうした国の状況を直視す Ш 政権が発足致しました。 現行の事業や地方財

る中、 年度予算の編成作業をスター トさせたところであります。 来年度の実施計画の策定と新 の大幅な減少を見込みつつ、 の経費で最大の効果を上げ 市では当面の間、 政の堅持を基本に、 税収 最

関等と密接な連携を図りなが

引き続き市民生活の安定化

本部を中心に国・県・医療機

を主眼に対策を講じてまいり

41

政権交代が行われ、

9月に

るよう行財政の簡素・効率化

誠意努めてまいります。

民主党の歴史的な勝利に伴

自立したまちづくり、安定し して3万2千市民のために、 市政をお預かりする責任者と り 歳出の削減と財源の確保を図 計画」の取り組みを推進して 改革プラン」や「定員適正化 を期した予算編成になるよう 択と集中」を念頭に市 配分に徹し、 方針を示しました。 「東御市行政改革大綱」「集中 ダーシップを発揮し、 このような時期にあたり、 たいと考えております 減・合理化と財源の重 りながら、 営を進めるべく、 事務事業の 層の とりわけ 一の発展 経費 一点的 選

舞台が丘整備基本構想 が策定されました

舞台が丘整備基本構想に関しては、 パブリックコメントでお寄せいただ いた意見 (17名から31件) を参考に 原案の一部修正を加え、基本構想を 確定しました。その内容は、12月の 市議会定例会において報告するとと もに、市ホームページで公表してい ますのでご覧ください。

なお、現在は新図書館の規模や市 役所の事務所配置等について検討し ており、これらの作業が終了次第、 平成21年度内に基本設計に着手する 予定です。

●企画課企画調整係 ☎64-5893

健全化判断比率

健全化判断比率 (単位:%)						
区	分	実質赤字 比 率	連結実質 赤字比率	実質公債費 比率	将来負担 比 率	
東	御市	_	_	16.0	109.4	
早期健全化基準		13.49	18.49	25.0	350.0	
財政再生基準		20.0	40.0	35.0	_	
※宝暦去字比索及7%海丝宝暦去字比索は 去字類,姿						

※実質赤字比率及び連結実質赤字比率は、赤字額・資 金不足額が生じていませんので、該当ありません。

資金不足 比率

資金不足比率 (単位: %						
特別会計等の名称	資金不足比率	経営健全化基準				
下水道事業会計	_					
水道事業会計	_	20.0				
病院事業会計	_					

- ※いずれの会計も資金不足額が生じていませんので、 資金不足比率は該当ありません。
- 暫定値及び指標の意味等は市報とうみ10月号12 ページまたは市ホームページをご覧ください。
- ●問い合わせ先 総務課財政係 **☎**64−5805

財政 比 率 及び資金不足比率 健全化法 基 づく健 全化判断 (確定値)

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

こみっくシリース

インフルエンザ

男女共同参画プラン推進委員会









どは、 に通報があっ 詐欺の電話と思われる前兆事などといった明らかに振込め 邪気味でいつもと声が違う」紛失し電話番号を変えた」「風 案が発生しているの 後を絶たない振込め詐欺な 市内でも たのは僅か数件 「携帯電話を に、 実際

生活環境係

15896

切

の架け橋です。

みんなです

適

0

番は、

市

民と安全安

内で起きた犯罪(未遂含) を 声 が 様です。 そうになっ K 振り をかけられ、 ボーに入られたが被害 込み詐欺ば 車に連 かり でなく、

なかった」「知らない人から

大会の結果に記載漏

わびとともに、

該当箇所を再掲 れがありました。

12

月号

10

ページの

袮津

地

区ミニ

訂正し

ます

犯罪被害(前兆事案も含め) 等の場合も れ込ま

思犯

たら直ちに通報 被害に遭ったと

罪

かったり、被害の拡大防止やが無かったため、検挙できな

が中には、

早期の通報や届出

が発生したら、ただちに警察

再

発防止に結び付けられな

力をお願いします。 安心のまちづくり」 に通報や届出をして、

へのご協

たことが少なくありませ

-

10番の

É

月10日は

第25回祢津地区ミニ駅伝大会

○10月24日(土)、袮津小学校グラウンド発着、地区内 (7区間 13.5km)

○参加チーム数 13チーム(袮津小児童によりチーム編成) ○祢津地区子ども会育成連絡協議会主催

■区間記録(敬称略)

1区 (2.5km) 春原 康佑 金井 9分32秒 聖也 ばすつーズ1号 2区(2.2km)渡辺 7分24秒 田口 幹久 新屋A 3区 (1.4km) 金井 6分01秒 稜太 JAPAN伊勢原 4区 (1.6km) 山口 大夢 ばすつーズ 2号 7分29秒 5区 (1.6km) 塚田 萌 JAPAN伊勢原 6 分31秒 6区(2.1km)高藤 大希 金井 7分47秒 7区 (2.1km) 尾形 峻志 JAPAN伊勢原 7分34秒

お

わ び

親子料理コンテスト 入賞作品紹介② ヘルシーアイディア賞

クルピッツァ

「おからを使うことでしっとりへ ルシーな生地が短時間で作れます。 こねたり、伸ばしたり、子どもと 楽しくできます。おから、枝豆、 もろこしなど冷凍保存しておけば いつでも作ることができます」 畠中美保・勇輔(小6)さん

●材料(★:市内の食材)

<直径15cmのピザ2枚分>

.....150g おから

-----小さじ1/260cc むきぐるみ★ …………50g 枝豆(さやから出したもの)★…50g ケチャップ………大さじ2 とろけるチーズ ………100g

●作り方

- ①おから・小麦粉・塩・水を混ぜ10分 寝かせる。
- ②くるみ・枝豆・もろこしをあらみじ ん切りにする。
- ③❶の生地を半分にし、薄く伸ばす。
- ④油を薄くしいたフライパンで両面焼 く。(半透明になる程度)



⑤焼いた生地にケチャップを塗り、2 をトッピングし、チーズをのせて オーブンでこげ目がつくまで焼く。

審査員からのアドバイス

「生地にマヨネーズを入れるとふっ くらできます。」

学校給食にも登場しました!

すくすくまっとうみっ子!!

誕生日おめでとう! (1月生まれ)





風間 あやかちゃん(乙女平)

(1歳、H21.1.2生)

あやか♥ 1歳のお誕生日おめでとう♥ あやかが生まれて1年。いろいろな事があったね♥すてきな思い出でいっぱいだよ♥これからも、いっぱい笑って元気に育ってね♥



(1歳、H21, 1,14生)

悠真 初めてのお誕生日おめでとう。 笑顔、仕草のひとつひとつで、みんなを 幸せにしてくれる悠ちゃん。生まれてき てくれてありがとう。これからも元気に 過ごそうね。



小林 優月くん(島川原)

(1歳、H21.1.20生)

優月お誕生日おめでとう♥最初は小さ く生まれて心配ばかりしたけど、元気に 育ってくれてありがとう☆これからも持 ち前の明るさで力強く育っていってね♥



ちかた こうたろう 坂田 康汰郎くん(栗林)

(1歳、H21, 1,24生)

お誕生日おめでとう!ごんぶと眉毛が自慢のこうちゃん。これからも大好きなにいにいと遊んでいる時の、そのかわいい笑い声をいっぱい聞かせてね♥



さとう やまと 佐藤 大翔くん(加沢)

(1歳、H21.1.26生)

毎日たくさんの笑顔をありがとう♥大 翔のニコニコ顔、パパもママもみんな大 好きだよ♥これからも可愛い笑顔で元気 に大きく育ってね☆



小林 更紗ちゃん(東町)

(1歳、H21.1.28生)

離乳食をパクパク食べる更ちゃん。大変なつわりとお産を一緒に乗り越えてくれてありがとう。これからも元気な笑顔をいっぱい見せてね!



鷹野 碧生くん(中屋敷)

(1歳、H21.1.5生)

♥碧くん、1歳お誕生日おめでとう♥いつも元気いっぱいの碧くん!!隼人兄ちゃんが大好き♥で、いつも一生懸命追いかけているね。みんな碧くんの笑顔が大好きだよ。これからも兄弟仲良く元気いっぱいに育ってね♥



^{なかやま み ゆ} 中山 心結ちゃん(鞍掛自治区)

(1歳、H21.1.15生)

お誕生日おめでとう!!お歌が上手♪笑顔がお得意。そんな心結ちゃんがパパママはだ~い好き♥可愛くて可愛くて毎日が幸せいっぱい♥♥これからもいっぱいー緒に笑おうね!!



たか だ ひろと **鹿田 拡翔くん(郷仕川原)**

(1歳、H21, 1,21生)

☆拡翔 誕生日おめでとう☆いつも笑顔が絶えない拡翔くん。父ちゃん母ちゃんは幸せでいっぱいだよ。大好きだよ♥



た なか こころ **田中 美心ちゃん(田沢)**

(1歳、H21, 1,25生)

1歳の誕生日おめでとう。いたずらが 大好きなおてんば娘ですが、そんな美心 を見ているとみんなが笑顔になるよ♥大 好きなお兄ちゃんと仲良く元気に大きく なってね♥



ゃぱざさわ おう し ろう 柳澤 旺志朗くん(中八重原)

(1歳、H21.1.26生)

♥あうちゃんお誕生日おめでとう♥いつも元気いっぱい、笑顔いっぱい。お兄ちゃんお姉ちゃんにも負けないぞー!!これからも何事も<u>志</u>を<u>旺</u>盛に<u>朗</u>らかな子に育ってね♥



さかぐち りんのすけ 坂口 **凜之助くん(日向が丘)**

(1歳、H21.1.28生)

大きくなったよ。ボク、りんちゃん! ボクが歩くとみ~んな振り向く♪毎日こ ろんで毎日笑ってゆっくりゆ~っくり大 きくなるよ。

☆祭集します!!☆ (対象者2月生まれの3歳まで)

写真(うらに氏名を記入)・住所・お住まいの区・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・TEL・コメント50字程度を添えて企画課 広報担当までお送りください。記載漏れのあるものは掲載いたしかねます。なお紙面の都合上適宜編集いたしますのでご了承ください。 締め切りは、1月12日(火)必着。



陽彩くん(乙女平)

(1歳、H21.1.29生)

HappyBirthdayひいろ♥いつもニコニ □♪その笑顔に家族みんなが癒されてい るよ♥我が家のヒーローだね★これらも いっぱい遊んで元気な笑顔を見せてね♥



いけうち 池内 琉太くん(大石)

(2歳、H20, 1, 4生)

琉ちゃん2歳のお誕生日おめでとう♥ 元気いっぱいで小さな傷が絶えないけど、 男の子はわんぱくぐらいが丁度いい★こ れからも毎日元気に暴れてね♥



岡松 優海ちゃん(加沢)

(2歳、H20.1.20生)

優海♥2歳のお誕生日おめでとう♥♥ おしゃべりがたくさん出来るようになっ て毎日楽しいね!これからもいっぱい食 べていっぱい笑って大きくな~れ♥



高橋 胡晴ちゃん(桜井)

(3歳、H19, 1,13生)

保育園の劇でアンパンマンの役やる! と言い張る胡晴。本当はかえるの役でし た♥可愛いかえるちゃんありがとう。



遥香ちゃん(西海野) 小林

(3歳、H19.1.16生)

甘い食べ物が大好きなは一ちゃん。ご はんも食べて元気な子に育ってね!弟も できて楽しくなるね♪



栞音ちゃん(本海野) 寺崎

(1歳、H21.1.29生)

初めてのお誕生日オメデトオー♥毎日 毎日成長しておてんばになっていくしお に目が離せません。色々なことにチャレ ンジしてパパとママを驚かせてねっ♥



中田 果歩ちゃん(田中)

(2歳、H20.1.17生)

果歩、2歳のお誕生日おめでとう!歌 や踊りが大好き!イタズラも大好き!?こ れからも素敵な笑顔をたくさん見せてね



新太くん(光ヶ丘) 中山

(3歳、H19.1.4生)

新太の笑顔にいつも癒されています♥ いっぱい遊んで、優しくたくましい男の 子に成長していってね♪大好きなお姉 ちゃんとも仲良くね!!



かなや 市村 奏也くん(新屋)

(3歳、H19.1.15生)

奏也♥お誕生日おめでとう!あっとい う間に3歳になり、4月からは保育園だ ね。これからも弟の倖也と仲良く、いっ ぱい食べて元気に大きくなってね♥



菊池 優花ちゃん(田中)

(3歳、H19.1.27生)

3歳おめでとう♥できることが増えて きてお母さんのお手伝いもしてくれてあ りがとう。お姉ちゃんにもなったから妹 の理央ちゃんといっぱい遊んでね♥



つ出業な進を 寄せていまし な 両 映 だ 田之尻区長は、 世が 田之尻区長は、 区民の!! 区とも! がると新たな活 せま 意向 L 区 内に建設 た。 をくみ 太郎片 公民 設委員会を 区 館 is 一の活 羽区 建れ、 長と井 性 0

大事

計 組 区が 日進にめ \varnothing は片羽区、12月12日にはってきた公民館が完成し、 竣 羽 工式を行 区 を行い、完成を祝いまし区、12月12日には田之居公民館が完成し、11月7公民館が完成し、11月7日之尻区の両区が建設を 月 7

で気発信!子育で施設

巡野児童館の話題

用児童は年々増え、 ちは、一番乗りを目 利用者が80名を超す 今年度は多い日には 指し勢いよく児童館 え解放された児童た に押し寄せます。利 学校での授業を終



▲何か見つかった?

に水が流れる頃にな 児童館周辺の水路

ると、たくさんのサ などの水生昆虫も捕まえるこ イコウチ、ヤゴ、カブトエビ ワガニやドジョウが現れ、

とができます。

場所です

児童館は遊ぶことを楽しむ

徒会も引き継ぎの時期となり

一学期も終盤に近づき、生

れる児童もいます。 を捕まえて大興奮で見せてく す児童や、石垣からカナヘビ チョウなどを捕獲網で追い回 夏から秋になるとトンボや

きなあいさつと、自分で脱い 遊び、バドミントンなどをし て楽しみます。 館内では、 集団生活の基本として、大 一輪車やボール

だ履物の片付けを大切にして います。

さい ながらたくさん体験してくだ ことを児童館の約束事を守り 学校や家庭で体験できない

ことになりました。

僕が生徒会長として活動する ました。役員選挙も終わり、

ていってほしいと願います。 かで、心身ともに健康に育っ の老人会の皆さんにお世話に えていただきながら、情操豊 なるなど、地域の皆さんに支 草刈作業などを通じて地区

会と協力して無言清掃を徹底

る」とは具体的に、清美委員

「各委員会活動を活発にす

したり、交通委員会では自転





初めての稲刈り

北御牧小学校五年 横こやま 山ま **冬**らゆか

▲役割分担で作業を進めました

ど、とても楽しみでした。 切ってしまわないかと心配で けれど、やる前から、手を 初めての稲刈りだったけれ 「イエーイ 今日できる!」

きました。

っていくと楽しくできました。 ペースで進んでいきました。 5月の田植えから稲刈りと 教えてもらいながらも、 はぜかけまでいくと、マイ

ー」と切れておもしろかった 稲を刈り始めると、「ザァ

ど、班のみんなと協力してで 良くやるのが大変だったけれ けど、初めてのわりには、 っても良くできました。 たくさんの役わりがあった 刈って、しばって、順じょ

と

です。

け合ってできたので良かった

大変だった所は、友達と助

しっかり終わって良かったで

明る

▲立ち会い演説会のようす

置き、生徒会をつくっていき

にする」ということに重点を

僕は「各委員会活動を活発

たいと思っています。

があいさつであふれる、 また、各委員長と共に「あい を調べたりしていくことです。 車に安全に乗れているかなど さつ運動」を行い、学校全体

生徒会を引き継いで

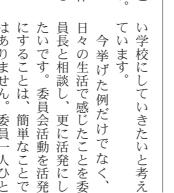
東部中学校二年

生徒会長 服部

今挙げた例だけでなく、

員長と相談し、更に活発にし びかけていきたいです。 りの力が大事になってきます。 日々の生活で感じたことを委 るように、三役や委員長で呼 委員がやるべきことを自覚す はありません。委員一人ひと にすることは、簡単なことで たいです。委員会活動を活発

力で取り組んでいきたいです。 出せる力を全て出し切り、全 事に就き、活動していくには まだまだ力不足です。しかし、 「生徒会長」という大きな仕



●場所

こどもフロアー 午前10時30分~

就園前のお子さん

●時間

1月8日(金)は、おはなし会があります



1月のテーマブック 【トラが出てくる本】





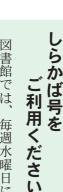


行とう

すように。 ことしはトラ年。

●とらはえらい いい年になりま

クレヨンハウス五味太郎:作



ます。 皆様にご利用をいただき好評をいた 半年に一度コースの見直しをしてい 週ごとに巡回しご利用をいただいて 書館車「しらかば号」を3コースで います。また、ご利用状況に応じて ンを増設して巡回し、さらに多くの 図書館では、毎週水曜日に移動図 10月より福祉施設にステーショ 今年度は4月の湯楽里館に続



東御市立図書館 ☆4-5886 館

だ よ L)

• 大活字本

・ネズミちゃんとおまつりふうせん

おそばおばけ

妖精ピリリとの三日間 ……しりあがり 寿・絵

美音・ 作

ガツンー…ニック・ホーンビィ・ • くものがっこう えんそく ペツン!…ニック・ホーンビィ・作………いけずみ ひろこ・絵

1月のおはなしこども会 くまの子による

• トラのテレサ

●日時 1月16日(土) 午前10時30分~

●場所 市立図書館2階読書会室

●内容 エプロンシアター「大きなかぶ」 大型紙芝居「くれよんさのけんか」 スライド絵本「十二支のはなし」 絵本 「かえるをのんだととさん」他

~ 般書

再 会……………重松 清・著

• 追跡!坂本龍馬 ●失敗しない球根花……講談社・編

旅立ちから暗殺までの 足どりを徹底検証 ……菊地 明・著

続ける万年初版作家・青田耕平。つい

小学生の息子とふたり暮らしを

鷺と雪1~3 ……北村 薫・著

るが…。寂 父と子の愛 れられない しさから逃

情を描く。

●楽しいスケート遠足

ヒルダ・ファン・ストックム:作

ちと先生は、 るかにのびる氷の道。 すみきったオランダの冬空の下、 ふなとよし子:訳人トックム:作•絵 16人の子どもた 令空の下、は福音館書店

スケート遠足にでかけま

補に選ばれ に直木賞候

1月の休館日

(赤丸の日が休館日です。)						
日	月	火	水	木	金	土
					0	2
3	4	5	6	7	8	9
10	•	12	13	14	15	16
17	3	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	8	30
31						

ーネットで図書館の本が検索できます。 http://www.echol.gr.jp

町をめざし

めて訪れる 村から、初 なの暮らす した。みん

て…。

図書館発

オススメの一冊

●チッチと子

石田 衣良:著

3年前に妻が不思議な事故で死んで 毎日新聞社

TOMI 19 市報とうみ (2010年1月)

悪質商法からお財布を守ろう』 裁判所から通知

場合、 対に返事など反応しないでく えのないものについては、絶 払いを促す場合もありますの を付けましょう。場合によっ 伝えることになりますので気 ださい。もし、電話などした 請求が多くあります。身に覚 で注意が必要です。 はがきやメールによる架空 相手にこちらの情報を 裁判所の通知を装い支

> ては、最寄りの裁判所へお問 封されています。 22 1 0 0 3 長野地方裁判所上田支部 い合わせください。 内容につい

> > 率は非常に高く、

明治維新当時、

識字学級で取り戻された感性

ie.

(68)

人権同和教育指導員

土屋

文彦

は、消費生活センターへ早め れたり、 に相談してください。 万が一トラブルに巻き込ま お困りになった場合

強兵、

【アドバイス】

ずに次のことを確認しましょ 通知が届いた場合は、

①請求が何年も前のことで ②通知に明記された電話 びれていたかもしれな もしかしたら支払いそ の確認をしましょう。 番号案内などで送付元 番号等連絡先に連絡す ばよく調べてください。 ということがあれ 必ず電話帳や

異議申し立て書なども同 裁判所からの通知には、

われます。

人間性の回復に繋

がっていることがよく分かり 性や心の豊かさの回復に繋

字運動は解放運動の原点とい

部落解放運動において、

識

この話から識字運動が感



教育と言っても、

その子どもたちのために子守 の教育にかかる負担は相当な 行けない子どもが多くいまし 子どもたちにおいても学校に 残っています。被差別部落の 学校があったことが記録に をしながら学校に通える子守 通えない子どももいました。 しく家の手伝いなどで学校に ものでした。明治時代は義務 力が注がれました。当時国民 義務教育制度が敷かれ教育に たからです。明治政府の富国 きを習う子どもたちが多かっ 寺子屋などで、文字の読み書 世界的にみると、江戸時代に トップであったと言われます 殖産興業の政策により、 経済的に苦 日本の識字 世界でも けれど じをおぼえて りうつくしいと思わなかった さんは文字の読み書きを習え とうにうつくしいと思うよう す。さらに夕焼けの詩につい うれしかった。」と書いていま とよんでくれたので かんごふさんが 北代さん かいてためしてみました。 ましたが しゃへいっても うけつけで 識字作品で「いままで になりました。1973年の なと僅かな漢字が書けるよう れた識字学級に通い、 解放運動の一環として実施さ ないまま大人になりました。 の被差別部落に生まれた北代 がっているからです。 になりました。」と書いていま て、「夕やけを見ても なまえをかいてもらってい ためしにじぶんで ひらが 高知県 大へん

おい

ます。 でいます。 うになり、 そこに通った須坂市のけさえ われています。 学んだことの喜びが見事に歌 み書きは 開設された地区があります。 運動の一環として識字学級が し」があります。 さんは、読み書きが出来るよ 「我老いて 長野県においても解 幾つかの歌を詠ん 夜空に輝く星の如 その中の一首に 習いおぼえた読 識字学級で

で恥ずかしいことではない。」 役割を感じます ら識字運動の果たした大きな しています。そのような姿か 失われたものを取り戻そうと から一生懸命学ぼうと決め、 と思うようになったと言って かったのは、差別によるも 分が今まで読み書きができな す。また、けさえさんは、「自 が大きいことがよくわかりま 性が豊かになったことの喜び は勿論ですが、それ以上に感 用ができるようになった喜び 伝達の手段としての文字の使 います。学ぶ機会ができた時 北代さんも、けさえさんも、

あま

ほん

Shin-tai の 身体教育医学研究所 である。 指導員 5 横井 佳代

健康習慣の 「きっかけ」 づくり

いて考えてみましょう。 するための「きっかけ」づくりにつ もなかなか続かないのが現状です。 しばらくすると、元の生活に…。 くじけてしまった時に、 〇するぞ!」と心に決めるのですが、 「健康的な生活」もわかってはいて 新しい年を迎えると「今年こそ〇 何かを始める時に、また、 再スタート

①考えるきっかけ

②行動するきっかけ えるきっかけになることもあります。 という環境や周りの影響が健康を考 なってきたから歩こうかな、近所の きっかけになります。また、「暖かく な」という心の動きが健康を考える 診断の結果を見て、体重が増えてき 動きに目を向けてみましょう。「健康 人がウォーキングしているのを見て」 への気づきや、「やらないとまずい た、鏡で自分の姿を映して」など体 まず始めに、体への気づきや心の

関の目の付く所に置いておくなど 思えることから行動してみましょう。 「良い行動のきっかけを作る」すぐ 「そうか、これだったらできる」と ウォーキングシューズを玄

> 健康教室や運動施設へ足を運んでみ 備しておきましょう。思い切って、 るのもよいでしょう 食したくなったら歯磨きするなど 手の届く所に食べ物を置かないなど のまわりに健康を促すきっかけを準 「代わりの行動をする」など、自分 「悪い行動のきっかけをなくす」間

③継続するきっかけ

勢を保つことが最も重要です。 それをチャンスにして、前向きな姿 頑張れる「きっかけ」を見つけて、 がダメになるわけではありません。 始に生活が乱れてしまっても、 継続につながります。たとえ年末年 ることも、誰かに褒められることも 慢できた満足感。自分で自分を褒め した後の達成感や充実感。 すぐに実感できるメリット を意識しましょう。 例えば運動 間食を我 (良い 全て



こんにちは栄養士です 漬物のおいしい季節ですね

慢の野沢菜漬けやたくあん、 すか?おばあちゃんやおかあさん自 甘酢漬けなどが出番を待っているこ のお供にどんな漬物が登場していま みなさんのお宅では、 奈良漬け、梅漬け、 食事やお茶 味噌漬け、 白菜漬

そそりますよね。年中よく とと思います。出したての ませんか。 ついつい食べすぎてしまい そうでない方もこの時期は、 食べる方はもちろんですが、 漬物のおいしさは、食欲を

5g未満とされています。 ある『食事摂取基準』を見 の栄養素の摂り方の目安で は男性9g未満、 ともあり、今回の見直しで 圧85未満と厳しくなったこ 高血圧130未満、最低血 ましたが、 日10g未満〕と言われてい 直しました。以前は〔塩分1 進や生活習慣病予防のため 昨年7月に厚生労働省で 日本人の健康維持・増 血圧の基準が最 女性7·

> 活をめざしませんか。 心がけて『生き活き長生き』健康生 できるところから、少しでも減塩を 量を減らす。醤油はかけない、など 食べる機会のあるごとに、 か?実はあのくらいで良いのです。 *二*口分



鷹野薫子管理栄養士

に付いてくる小皿の漬物は 「少ない」と思われま 下の図のような定食など **賃物にはこれだけ塩分が含まれます** 1g キャベツ・きゅうりの 即席漬け 0.8g つけもの盛り合わせ 1.2g はくさい塩漬け 0.6g 梅干し 2.2g たくあん漬け 福神漬 0.9g 野沢菜漬け 0.7g たかな漬け 1.2g 0.5g

回是强力为人们们

公的年金等の源泉徴収票が 交付されます

●老齢給付の受給者に送付

国民年金、厚生年金保険および共済組合などから支 給されている公的年金のうち、老齢や退職を支給事由 とする年金は所得税法上、「雑所得」として所得税が課 せられます。(障害または死亡を支給事由とする年金 は課税しないことになっています。)

このため、所得税が老齢年金から源泉徴収されたか 否かにかかわらず、老齢年金を受け取っている方全員 に、「公的年金等の源泉徴収票」が1月31日まで交付さ れます。

●確定申告に必要です

二つ以上の年金の支払者に扶養親族等申告書を提出 している方や、年金以外に給与等の所得がある方、ま たは公的年金等の雑所得の合計額が各種所得控除の合 計額を超える方などは、確定申告を行うことになって います。その際に、この源泉徴収票が添付書類として 必要になりますので、大切に保管してください。

なお、老齢年金等から特別徴収されない介護保険料 などの社会保険料がある場合は、確定申告を行い、所 得税の過不足分の精算をすることになっています。

源泉徴収票を紛失された場合や未着の場合は、小諸 年金事務所で再交付の受付を行っています。

問い合わせの際は、年金証書の基礎年金番号、年金 コードをご用意ください。

●問い合わせ先

小諸年金事務所 **☎**0267−22−1080 市民課国保年金係 ☎62-1111 (内線1231)

まるごと生活百科

1月の納税 (納期限2月1日)

- 国民健康保険税(普通徴収)(8期)
- ●後期高齢者医療保険料(普通徴収)(7期)
- ●介護保険料(普通徴収)(7期)

こちら119 (東御消防署)



※カッコは1月からの累計

=東御市内の11月の出動件数=

火災 0件(17件) **救急**78件(891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 11月分



11月30日現在(※カッコ内は1月からの累計)

	上田警察署管内	望月警	察署管内	合	計	前年比
件数	11 (124)	1	(13)	12((137)	+ 3 (-29)
傷者	12(152)	1	(18)	13 ((170)	±0(-45)
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11月	平成20年11月		
25.4℃(1日)	24.1℃ (6日)		
-2.3℃ (4日)	-4.1℃ (23日)		
7.6℃	7.3℃		
71.3%	75.6%		
81.5mm	31.5mm		
	25.4℃ (1日) -2.3℃ (4日) 7.6℃ 71.3%		



〈広告欄〉

②中のコードを抜き

毛布

(内線1171)

コード・ コントロ

問い合わせ先

変更した場合も、

ご連絡をお願いします

時々ご確認ください。 巻末に記載されていますので、 より新たなお気づきがあるかも 知っていない場合にも間違った す。また、家族のどなたかが とに気付かないことも出てきま 報等でお知らせをしてもそのこ 特に部分的な変更の場合は、広 少しずつ変わることがあります。 分別方法や入れる袋の種類等に れいになりつつあります。 のストックヤード等も次第にき 分別になることもあります。 ついても生涯学習カレンダーの カレンダーに目をやることに 分別方法も時代の変化により、

電気毛布の分別

·燃えるごみ

その他の金物

The ٨ -ンリサイクル係 ☎63-6814

こみや資源の分別

ございます。 め、ご協力いただきありがとう 頃、まちをきれいにするた

各ごみステーション・資源物

① ……のとおり中

問い合わせください。 クリーンセンターに遠慮なくお が生まれることも。 知れません。また、 そんな時は 新たな疑問

寒くなってきました

処理を依頼してください。 れぞれ指定の日に出してくださ るため、図のように分別してそ そのままでは出せません。中に えるごみ』として出してください 多くなっています。これは、『燃 らいいのかという問い合わせが い終わったものはどこに出した い。分別できない方は、業者に 電気コードやコントローラがあ 使えなくなった電気毛布は、 最近、『使い捨てカイロ』の



(例)のワンポイントアドバイス

家屋の用途変更について

か?また、税金はどうなるのですか? を変更しましたが、 家屋を事業用から住宅用として利用方法 何か手続きは必要です

用紙で届出をしていただく必要があります。 家屋に係る固定資産税に影響する場合があ 改築し住宅用 窓口や納税通知書などで確認 (離れ、 市役所備え付けの届 物置等も含む)とし これまで全て 土地

て用途変更する場合は、 工場・店舗・事務所等の事業用の家屋を

で、 してください。 税額については、 固定資産税が下がることとなります。変更後 の課税標準の特例が適用されますので、 て改築したような用途変更の場合は、住宅用地 店舗として使用していた家屋を全部住宅用とし ります。また、土地についても、 なお、住宅を事務所・店舗等に改築又は用 用途変更の場合、評価の見直しを行いますの

総合保

営利を目的としない助けあいの制度



掛金還元率…83.91%

■資料請求はホームページからどうぞ。



[上田] **20268-24-3985**(代) 〒386-1104 上田市福田下田9-33 **FAX 0268-24-3902**

長野県民共済 www.nagano-kyosai.or.jp/



〈広告欄〉



▲栄えある表彰状と盾を手に記念撮影

「私たちの健康は私たちの手で」 食生活改善推進協議会が厚生労働大臣表彰

食生活改善推進協議会(保科和美会長、会員56名)の皆さん の取り組みが、10月30日に熊本県で行われた全国食生活改善大 会において厚生労働大臣表彰を受賞しました。12月1日には受 賞伝達式が行われ、代理で表彰を受けた金井春子上小支部長か ら表彰状と盾が保科会長ら役員の皆さんの手に渡されました。 同会は昭和52年に設立以来、地域の食生活改善のレシピ紹介や 普及、郷土食の復活などの取り組みを続けてきました。役員の 皆さんは「今回の栄誉は先輩の皆さんの長年のご苦労の結果。 今後も継続していけるよう頑張りたい」と話していました。

「安心・安全、おいしいものを」 信州の味コンクールで入賞

県が主催して行われた「第19回信州の味コンクール」で、味 工房ゆらりの菓子パン「ノア・ルヴァン」が商品加工の部(菓 子) で最優秀賞、信州味の里とうみの「巨峰栗おこわ」が商品 加工の部(その他)で優良賞を受賞しました。ノア・ルヴァン は県産の小麦粉と市内のリンゴ酵母で作られたパンにくるみと ドライ巨峰が入れられた菓子パン、巨峰栗おこわは市内の米と 栗に巨峰ジュースで色づけされたおこわで、いずれも地元産の 食材がふんだんに使われています。11月24日に行われた受賞伝 達式では、試食や情報交換が行われ、ここまでの取り組みが評 価されたことに喜びの声が聞こえてきました。



▼を手に記念撮影賞状と自慢の一品



▲花岡市長のねぎらいを受ける出口さん(中央)と北澤さん(右)

「県縦断駅伝競走」初優勝に貢献した 東御市在住の選手が喜びの報告

11月14日、15日に開催された県縦断駅伝競走に上田東御小県 チームが初優勝しました。このチームの一員として快走を見せ、 優勝に貢献した当市在住の2名が11月24日、花岡市長を表敬訪 問しました。14日、雨の中3区を走った出口武志さん(東深 井・東部中3年)と15日、20区の最長区間を走った北澤正親さ ん(姫子沢)は「前のランナーを抜くことだけを考えて走った。 チームに貢献できてうれしい。チーム全員の力が集まった総合 力の結果」と大会を振り返っていました。花岡市長は「東御の 名を背負い素晴らしい走りだった。地域の誇りです」と健闘を たたえました。

上田高校英語班 「全国高校生英語ディベート大会」出場

上田高校英語班が埼玉県川越市で行われる第4回全国高校生英 語ディベート大会へ出場を決めました。12月3日、出場メンバー に市内新屋在住の矢澤志織さん(2年生)がいることで花岡市長 へ出場報告会が行われました。英語ディベート大会は、4名1 チームが1つの論題に対して肯定側と否定側に分かれて英語で討 論し合い、総合的な英語力と論題についての情報収集や分析力が 必要になると同行した顧問の先生は話していました。参加メン バーは「県大会での課題を克服し、好成績を狙いたい。We will do our best! (がんばります!) | と抱負を聞かせてくれました。



▲抱負を語る矢澤さん

ートピックスー 地域の話題



江戸時代のにぎわいのままに 海野宿ふれあい祭

11月23日、海野宿一帯で第19回海野宿ふれあい祭(同実行委員会主催)が行われました。大勢の観光客でにぎわった宿場内では、解放された縁側で足を休めながら時代仮装行列や花嫁道中など江戸時代の風情を満喫する姿がみられました。今年創立40周年を迎えた雷電太鼓保存会の皆さんの勇壮な太鼓演奏や栗林と常田獅子舞、ほうとうやおはぎなど深まる秋の一日を楽しみました。

●表紙の写真は、この日奉納された「浦安の 舞」の様子です。

一人ひとりを尊重するまちづくり 人権尊重のまちづくり市民の集い

12月5日、中央公民館で第5回人権尊重のまちづくり市民の集いが行われ、約230名の市民が参加しました。はじめに、市内小中学校や企業から募集した人権啓発作文、標語、ポスターの表彰が行われました。続いて、関西の津軽三味線奏者の第一人者として活躍中の長谷川一義さんによるトーク&コンサートが行われました。自身の差別や偏見の体験に基づく人権に係わる話や津軽三味線の変化に富んだ演奏による構成で行われ、参加者は講師の話と演奏に耳を傾けていました。

●表彰された人権啓発作品は、市報とうみ12月号6、7ページ に掲載されています。



▲人権作品の表彰を受けた皆さん

生涯青春――人生に余生はない

11月28日、中央公民館で生涯学習市民大学講座が開かれ、 僧侶の藤井妙法さんを講師に「生涯青春 人生に余生はない」と題し講演が行われました。藤井さんは、自らの人生



哲でうせたんつたときいい、まにりた志実別し、をがし、をがけるさればさればさればさればさればさればないがある。まにりた志実聞し、をがたはなまにりた志実聞。

美しい歌声が響いた

12月5日、文化会館サンテラスホールで、第6回東御市 合唱祭(市文化協会合唱部会主催)が行われました。参加 した16団体のみなさんは、日頃の練習の成果を発揮し美し



いをに地唱がな会渡いなっていまではいるというではいるというではいるというではいるというではいる。



ラスホール) 演奏会(文化会館サンテ 演奏会(文化会館サンテ

11



1V ・ (文化会館 ・ (文化会館

11



「雷電くるみの里」)11・20~22▼くるみ祭り【日本く11・20~22▼くるみ祭り【日本く

とうる

平成21年 12月24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 印刷/田口印刷株式会社 東御市ホームページ TEL (4) 5806 FAX (6) 5431

http://www.city.tomi.nagano.jp/

E-mail shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp

. 2

人の動き

(12月1日現在) 世帯数 11,467世帯(+4) 総人口 31,787人(-9)

男 15,583人(+1)

女 16,204人(-10) 転入 61人(-29)

転出 63人(-23) 出生 23人(-5) 死亡 31人(+1)

親子でクッキング、 食への関心

で食への興味や運動機能、 作業を、食材を通じて体験すること 知り、、、洗う、、混ぜる、、こねる、 味を育て「食べる」ことの楽しさを などがおきやすい幼児期の食への興 "もむ""ちぎる""丸める"などの 食習慣の中でムラ食いや好き嫌い 人とのか



が行われました。 の保護者を対象にした親子料理教室 かわり、社会性を育てることを目的 離乳完了から未就園の幼児とそ

りをにぎる、のりをちぎる、サラダ 満足そうに食べていました。 楽しみ、出来上がった料理をみんな 者が上手にサポートしながら料理を ました。子どもが主体となり、保護 のキャベツをちぎる、すいとんをこ たくさんあるよ」と、今回はおにぎ ねてまるめるといった作業を体験し 「包丁を使わなくてもできること

面には、 て周囲の情報を脳に取り入れていま 覚・聴覚・嗅覚・触覚・味覚)を使つ 「焼ける音などを耳で聴く」「匂いを 食事を作ったり食べたりする場 八間は様々な活動の際に、五感(視 「食材や料理を目で見る」

> てみる」 材を触っ かぐ」「食 「味を感

や好奇心 感の情報 いった五 じる」と



▲お茶も自分で入れてみよう

けが大変」と、親の思い込みや都合で とつながるでしょう。 食への関心は、きっと食べる意欲 心を持ってもらいたいと思います。 ミュニケーションをはかり、 機会を増やし、食を通して家族のコ 簡単な作業から親子で食材に触れる 子どもが食に対する興味や関心を広 を奪っていませんか?食事づくりは 子どもが食事づくりにかかわる機会 くさんあります。「まだ無理」「後片づ 食べる力を育む大切な経験です。

子育て支援課

らと思います。 くりになってくれた も行えるきっかけづ

この教室が家庭で

和田美奈

编 市民の皆さんのたく 記

ました。 と願いなが のお正月のエピソードにはなく ず応援したくなりました。昔話 思います。▼お正月といえばお 年は!」「今年こそ…」と希望 いてほしい つまでも続 の風習がい すでおもちつき。こうした古来 ルエンザに負けないで」と思わ 頬張る園児たちの姿に「インフ 食では早速つきたてのおもちを する "元気" を伝えていきたと さんの活躍に目を奪われました 発行した市報や撮りためた写真 もちをごち ら、私もお しょ!」とお友達を応援し、給 もち。滋野保育園のおもちつき を振り返りました。あらためて います。今月号では、平成21年 に胸を膨らませていることと思 そうになり てはならないおもち。きねとう 元気にきねを振り上げ、「よい にお邪魔させていただきました これからも市民の皆さんが発信 (市報担当

PRINTED WITH SOY INK