

文化会館インフォメーション
~INFORMATION~

改修工事と利用一時休止のお知らせ

平成22年2月1日から3月31日まで、照明の改修工事を実施いたします。この間、大ホール(サンテラスホール)はご利用ができません。皆様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、なにとぞご理解のほどお願い申し上げます。なお、その他の施設につきましては従来通りご利用可能です。

お問い合わせは 東御市文化会館サンテラスホール ☎62-3700 FAX62-3262まで ■休館日 月曜日 祝日の翌日
その他のイベントスケジュール・休館日は市ホームページをご覧ください。

梅野記念絵画館・ふれあい館・丸山晚霞記念館 インフォメーション

新春企画



台本:くるま大八
出演:中西八枝

劇団くるま座・独り語り

「紅葉挽歌」

1月16日(土)

午後3時開演

¥1,800 (高校生以上)

美術館入館料含 要予約
中学生以下無料

つましく暮らす人々を「鬼」と呼ぶのは、噂におびえた都の貴族たち。その泥足は、山の娘と都の若者の清らかな恋さえも、命もろとも踏み砕く。素性の知れないものを「鬼」と片付ける無謀な力は、事も無げに鬼を抹殺する。消された命の挽歌を、今、鮮やかに舞い、語り尽くす。

14歳で見出された少女が描き始めて50年。少女の眼差しと心のまま、流行や技術と無縁の世界で描き続ける。

私の愛する一点展

1月24日(日)迄



河野 扶「赤い屋根の家」



1月24日(日)迄

水野朝展

開業50年

十四歳の自画像



ボランティア募集

対話型鑑賞のガイドをやってみませんか? すでに先輩たちがおられますので安心! 子どもやご老人などとの対話は、想像をはるかに超えて、楽しく盛り上がります。

◆詳しくは下記まで。担当:佐藤◆

■東御市八重原935-1 ■TEL0268-61-6161 ■9時~17時 ■毎週月曜、12/24~1/4休館

梅野記念絵画館



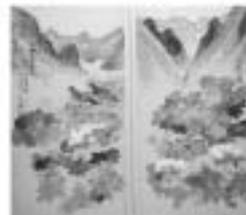
www.umenokinen.com

開館三周年記念展

掛け軸、屏風展 1/31(日)迄

丸山晚霞記念館

■東御市常田505-1 文化会館内 ■0268-62-3700
■9時~17時 ■200円 ■月休(祝日の場合、翌火曜)
■梅野記念絵画館と相互割引実施中 両方で800円



(二)こちらからは主に募集・お知らせ記事が掲載してあります。

『よろず相談所』を開きます

1月の「東御市よろず相談所」を、下記のとおり開催します。

- 日 時 1月15日(金) 午前9時～11時
【受付時間は、午前8時45分～10時30分です。】
- 場 所 北御牧庁舎
- 相談内容 法律(弁護士)、登記(司法書士)、人権、行政、消費生活などに関する相談に応じます。
- 消費生活相談について
消費生活相談とは、「催眠商法で契約してしまったが解約したい」「しつこい勧誘の電話が断っても掛かってくるがどうしたものか・・・」など、皆さんの生活の中でのトラブルに対して相談に応じ、アドバイスしたり解決に向け別の機関を紹介したりします。
消費生活相談に専門の知識を持った相談員が応じます。

◎事前予約

法律相談については、毎回混み合っておりますので、事前予約をお受けいたします。予約をされる方は、下記までお申し込みください。

また、予約の状況により相談をお受けできない場合もありますのでご承知おきください。

●事前予約・問い合わせ先 東部人権啓発センター ☎64-5902

食べ方見直し塾 参加者募集

健康保健課では、生活習慣病やメタボリックシンドロームの予防・改善に役立つ食生活改善の教室を開催しています。忙しい毎日の中で簡単に始められる食べ方のくふうを一緒に探してみませんか。

みなさんのご参加をお待ちしています。

- 対象者 19歳からおおむね65歳までの市民 10名程度(定員になり次第締め切り)
- 会 場 北御牧保健センター(北御牧庁舎隣り) 2階調理室
- 時 間 午前9時30分～午後0時30分
- 参加費 1回200円

日 程	内 容
平成22年2月2日(火)	ちょうど良いエネルギーと食事量は? 試食あり
9日(火)	1日分の食事を書き出してみよう。
16日(火)	間食、ちょっとなら本当に大丈夫? 試食あり
23日(火)	油・脂 どちらも摂りすぎないポイント 試食あり



●申し込み方法…開催1週間前までに電話でお申し込みください。

●申し込み・問い合わせ先 健康保健課 健康増進係(総合福祉センター内)
☎64-8883 FAX 64-8880

2010年世界農林業センサス(統計調査)にご協力ください

農林業センサスは、国の農林業の実態を明らかにすることを目的に、5年ごと実施している大切な調査です。この調査は、平成22年2月1日現在で、農林業を営む方を対象とした「農林業経営調査」と、農業集落を対象とした「農山村地域調査」の2種類があります。

1月から調査員が調査票を持って伺いますのでご協力をお願いします。



●問い合わせ先 企画課 情報統計係 ☎64-5806

東御市 女性農業者セミナー開催

農業に興味があったり農業を営んでいる皆さん、農家経営の仕組と複式簿記の記帳を学んでみませんか。

○開催時期 平成22年1月から2月まで（計5回）

○対象 東御市在住の女性農業者

○講座内容（計画）

開催期日	開催場所	講座内容
1月20日(水) 午後1時30分～ 3時30分	東御市 就農トレーニングセンター	開講式 ・オリエンテーション ・複式簿記の記帳について ・我が家の経営について（現状把握について）
1月25日(月) 午後1時30分～ 4時	〃	・複式簿記記帳の基礎（演習） ・簿記記帳のワンポイント ----- （個別相談）
2月3日(水) 午後1時30分～ 4時	〃	・複式簿記記帳の基礎（演習） ・先輩女性農業者のお話し ----- （個別相談）
2月10日(水) 午後1時30分～ 4時	〃	・複式簿記記帳について（演習） ・複式簿記の活用について ----- （個別相談）
2月17日(水) 午後1時30分～ 3時30分	〃	・複式簿記記帳について ・まとめ（反省・感想） ・これからの計画について

○申し込み期限 1月12日(火)

○主催 上小農業改良普及センター・東御市農業農村支援センター

※後日、受講者の皆さんには就農トレーニングセンターの場所、及び持ち物等についてお知らせします。

●申し込み・問い合わせ先 東御市農業農村支援センター(農林課内)
☎64-5887 FAX64-5881

資源循環型施設建設候補地を公募しています

上田地域広域連合及び東御市を含む構成市町村では、資源循環型施設建設候補地の公募を行っています。候補地となりました地域は、施設周辺の基盤整備のほか、施設を核とした地域づくりも地域の皆様と協議し、住みよいまちづくりを共に進めてまいります。

今後も住民の皆様には施設の必要性や地域の環境保全について説明を行い、ご理解をいただきながら進めてまいります。

●応募の範囲：上田市、東御市、長和町、青木村の地域。

●応募の条件：施設用地として概ね2ヘクタール程度あること。

●応募の方法：自治会長・区長または地権者による有志・団体の皆様による応募とします。申込書にご記入のうえ、上田地域広域連合及び各市町村窓口までお願いします。詳細は東御市ホームページ又は上田地域広域連合ホームページでもご覧になれます。

●応募期限：平成22年5月31日(月)

●公募の説明会：平成22年1月26日(火) 午後4時から
場所 東御市中央公民館3階講堂

●応募・問い合わせ先 市民課 クリーンリサイクル係 ☎・FAX63-6814
上田広域連合 ごみ処理広域化推進室 ☎43-8818 FAX42-6740

診療放射線技師(臨時職員)を募集します

- 募集人員 1名(診療放射線技師)
- 業務内容 マンモグラフィ検査業務
- 勤務場所 東御市民病院 診療放射線科
- 勤務時間 月・金曜日：午前8時30分～午後0時30分 水曜日：午前8時30分～午後5時30分
- 応募書類 東御市職員採用試験申込書(総務課総務係に直接ご請求いただくか、市ホームページからダウンロードしてご使用ください。)
- 応募締め切り 平成22年1月20日(水)
- その他 詳細については、市民病院までお問い合わせください。

●応募・問い合わせ先 東御市民病院 ☎62-0050

教育資金の利子補給を行います

市では、子育て家庭の経済的負担の軽減を図ることを目的に、教育施設へ子どもを修学させるため、金融機関からの融資(教育資金)を受けた保護者に対し利子の一部を補助します。

1. 利子補給金(補助金)の内容

教育施設	高等学校、大学、高等専門学校及び専修学校で修業年限が2年以上の施設。
教育資金	教育施設で修学(入学金、授業料、生活費等)するため、金融機関から融資を受けた借入金です。
交付対象者	金融機関等から教育資金の融資を受けた保護者で、次に該当する方です。 (1) 申請日の属する年の1月1日現在で1年以上市内に居住し、引き続き市内に住所を有する者 (2) 平成21年度の市民税の課税総所得額(保護者2人に所得がある場合は2人の合計額)が350万円以下の者(平成20年所得で住宅ローン減税の適用を受けた場合は350万円に平成20年中に支払った住宅ローンの元利金支払い額を加えた額を上限とする。) (3) 市民税を滞納していない者
利子補給の対象期間	平成20年4月から平成21年3月の間に支払った利息に係るもの(平成20年3月以前の利息は対象外です。)
利子補給率	2.5%(約定利率が2.5%未満の場合は当該利率)
借入金の限度額	300万円

2. 利子補給金(補助金)の申請方法

申請書に次の書類を添付して、子育て支援係へ申請してください。(申請書は子育て支援係にあります。)

- (1) 在学証明書(申請日年度の4月以降に取得したもの)または卒業証明書
- (2) 金銭消費貸借契約書の写し
- (3) 平成21年度市民税・県民税に係る、特別徴収税額決定通知書若しくは納税通知書の写し、または課税証明書(6月分給与明細に同封、または6月中旬に郵送されています。)
- (4) 納税証明書(申請日より3ヶ月以内に発行されたもの)
- (5) 教育資金融資証明書

【注意】平成21年3月に平成20年12月分までの利子補給を受けた方は、平成21年1月から3月分の利息のみが対象となります。

●問い合わせ先 子育て支援課 子育て支援係 ☎64-5814 FAX64-5431

とうみチャンネル 12月25日～1月22日までの番組案内

「とうみチャンネル」は、北御牧地区のとうみケーブルテレビ加入者と東部地区の上田ケーブルビジョン加入者（デジタル契約）の皆さんがご覧になれます。

最新の番組表は東御市ホームページでもご確認いただけます。

※番組の内容は場合により変更になる事があります。あらかじめご了承ください。

12月25日	(金)	瞳輝いて保育の翼～12月生まれのお誕生会～
26日	(土)	東御市この1年 ～1月・2月～
27日	(日)	東御市この1年 ～3月・4月～
28日	(月)	東御市この1年 ～5月・6月～
29日	(火)	東御市この1年 ～7月・8月～
30日	(水)	東御市この1年 ～9月・10月～
31日	(木)	東御市この1年 ～11月・12月～

1月1日	(金)	AM7:00～ 東御市長新年のあいさつ ＜新春特別番組 東御市の郷土芸能＞ 祢津東町歌舞伎公演～前編～
2日	(土)	＜新春特別番組 東御市の郷土芸能＞ 祢津東町歌舞伎公演～後編～
3日	(日)	＜新春特別番組 東御市のイベント＞ 平成21年度 東御市成人式
4日	(月)	＜新春特別番組 東御市のイベント＞ 第5回東御市民まつり～東御どすこいSUN SUN～ ～移動カメラで全連紹介（前編）～
5日	(火)	＜新春特別番組 東御市のイベント＞ 第5回東御市民まつり～東御どすこいSUN SUN～ ～移動カメラで全連紹介（後編）～
6日	(水)	＜新春特別番組 東御市のイベント＞ 第5回東御市民まつり～東御どすこいSUN SUN～ ～雷電子ども相撲大会～
7日	(木)	＜新春特別番組 東御市のイベント＞ 第5回東御市民まつり～東御どすこいSUN SUN～ ～怪力自慢大会・激走!商店街麻袋リレー～

1月8日	(金)	＜新春特別番組 小中学校リクエスト番組＞ 和小学校130周年記念音楽会
9日	(土)	＜新春特別番組 小中学校リクエスト番組＞ 田中小学校 校内音楽会
10日	(日)	＜新春特別番組 小中学校リクエスト番組＞ 北御牧小学校 校内音楽会
11日	(月)	＜新春特別番組 小中学校リクエスト番組＞ 滋野小学校 校内音楽会
12日	(火)	＜新春特別番組 小中学校リクエスト番組＞ 祢津小学校 校内音楽会
13日	(水)	＜新春特別番組 小中学校リクエスト番組＞ 第43回北御牧中学校「かくま祭」 ・かくまミュージックフェスティバル ・吹奏楽部発表
14日	(木)	＜新春特別番組 小中学校リクエスト番組＞ 東部中学校 学芸発表会～合唱コンクール～ 制作：東部中学校放送委員会
15日	(金)	Weekly! ウィークリーとうみ ～東御市内の話題～
16日	(土)	第5回 東御市消防団音楽隊演奏会
17日	(日)	第19回 海野宿ふれあい祭
18日	(月)	平成21年度 保育園運動会～御牧原保育園～(再)
19日	(火)	とうみ混声合唱団 創立30周年記念定期演奏会(再)
20日	(水)	2009火のアートフェスティバル(再) ～野外ステージ「火と水の宴」(前編)～
21日	(木)	2009火のアートフェスティバル(再) ～野外ステージ「火と水の宴」(後編)～
22日	(金)	Weekly! ウィークリーとうみ ～東御市内の話題～

21:45～ 一週間まるごと!とうみチャンネル「Weekly! ウィークリーとうみ再放送」は1月16日から再開します。
(金曜日を除く)

18:00～19:00まで「サイエンスチャンネル」が放送されます。(金曜日を除く)

	番組	＜毎週金曜日放送＞Weekly! ウィークリーとうみ
本放送	19:30	7:00
再放送	(当日) 23:00 (翌日) 7:00 10:00 13:00 16:00	10:00 13:00 16:00 20:00 23:00

●問い合わせ先 企画課 ケーブルテレビ係 ☎67-2981

水道の凍結防止帯の点検を!

年末になり、ますます寒さが厳しくなってきました。水道管や水道メーター、蛇口などが凍結し、水が出なくなったり、破裂する事故を防ぐために、早めに凍結防止の準備をしましょう。事前の点検や凍結事故の修理は、東御市指定の水道工事事業者に依頼してください。

※凍結を防ぐには

- ◎凍結防止帯のプラグが電源コンセントに接続されているか確認してください。
- ◎不凍栓を使用しているご家庭では、お休み前や留守時は、忘れずに水抜きをしてください。
- ◎古い凍結防止帯は故障していることもありますので、もう一度点検し、凍結の防止に備えましょう。

●問い合わせ先 上下水道課 水道係 ☎64-5884

上田市市民の森 スケート場まつり

～スポーツレクリエーション祭'09～ <冬の部>

- 日 時 1月9日(土) (小雨決行) 午前9時30分～午後2時
リンク開放は午後2時～4時
- 入場料 無料 (貸し靴は有料)
- 内 容 初心者教室・模範滑走・パン食い競争・ストラックアウト・模擬カーリング体験など
展示コーナー・豚汁サービス・氷の彫刻もあります。
(なお、天候により開催内容が変更される場合もあります。)

●問い合わせ先 東信教育事務所内実行委員会事務局 ☎0267-31-0252
生涯学習課 スポーツ係 ☎62-2200



BOOK童夢みまきからお知らせ

☆ 1月のおはなし広場

- と き 1月27日(水) 午前10時45分から
- と ころ BOOK童夢みまき2階
- 対 象 就園前の乳幼児
- 内 容 絵本の読み聞かせ、手遊びなど

☆ 今月の1冊

- ・ ～大掃除が一区切りついたときに、
家族で読んで、この1冊～

『ゆかいなさんにんきょうだい すごいはたきのまき』

たろうとじろうとさぶろうとお母さんは、はたきで手品遊びをしました。「はたきに力があるわけじゃない」と言ったとたん、「力がないといわれ、ひっこんでいるわけにはいかないよ」とはたきが言いました！

(たかどの ほうこ/作・絵 アリス館)



- ・ ～お正月に、家族で読んで、この1冊～

『ヤカンのおかんとフンのおとん』

ダダダダピー！！うちの おかんなは、おこってばかり。まるでヤカンやがな。

グーシュー グーシュー うちの おとんは、ねてばかり。まるでフンやがな。

(サトシン/さく 赤川明/え 佼成出版社)



☆ 2010年は「国民読書年」

文字・活字文化の発展を通して、心豊かな社会を築くことをめざし、国会決議され、2010年は「国民読書年」と定められました。

●問い合わせ先 BOOK童夢みまき ☎・FAX67-3711



のびのびっこひろば (1月)

時間はいずれも午前10時からです。

田中のびのびっこひろば

1月15日(金) 園開放へGo! どんどこ焼き
田中保育園現地集合

滋野のびのびっこひろば

1月15日(金) 保育園へ行こう(どんどこ焼き)
各保育園

祢津のびのびっこひろば

1月22日(金) お手玉で遊ぼう 祢津児童館

和のびのびっこひろば

1月15日(金) 西部保育園に行こう(どんどこ焼き)
西部保育園

東部子育て支援センター

“あくあくひろば”からののお知らせ

☎64-3128

時間はいずれも午前10時～11時30分です。

1月7日(木)・ママさん*ホットタイム(芹澤相談員)
〔子どもの力を豊かに育てる遊び〕

1月12日(火)・育児座談会(篠原助産師)
(午前10時30分から)

1月14日(木)・ママ~ずのおはなし・絵本
(午前10時30分から)

1月21日(木)・おもちゃドクター

1月25日(月)・親子リズム・わらべうた(海野保育園)

1月26日(火)・すくすくの日(小林指導士)
(親子で運動遊びをしよう②)

1月27日(水)・ママ~ずのリズム遊び(午前10時30分から)

1月29日(金)・描こう!作ろう!(深町先生)

北御牧子育て支援センター

“みまき未来館”からののお知らせ

☎67-3676

時間はいずれも午前10時～11時30分です。

1月6日(水)・ふれあい広場(戸谷先生)

1月13日(水)・わんぱくピクス(中村先生)

1月15日(金)・かみかみお誕生離乳食教室
(12月・1月生まれ)

1月19日(火)・0歳児のママ広場

1月28日(木)・おもちゃドクター

「ふるさとCM大賞」東御市が受賞!!

とうみ市ビデオクラブ制作の「胡桃(くるみ)相撲やっちゃってま~す」が、このたび第9回 abn・八十二ふるさとCM大賞NAGANOの選考で見事大賞を受賞しました。

この最終審査会の模様は、1月3日(日)午後2時55分から長野朝日放送で放映されます。どうぞご覧ください。

1月の園開放のお知らせ

海野保育園 ☎62-2800

1月7日(木) 午前9時30分～10時30分
*わらべうた、リズムで遊びましょう。

1月15日(金) 午前開催(詳細は保育園へ)
*どんどこ焼きをしましょう。

1月21日(木) 午後2時30分～3時30分
*手作りおやつを一緒に食べよう。
(詳細は海野保育園へお問い合わせください。)

くるみ幼稚園 ☎62-0164

1月28日(木) 午前10時～正午

*春のくるみ会
(サンテラスホールで発表会)

市立保育園園開放のお知らせ

1月15日(金) 午前9時30分～11時

*どんどこ焼きにおいでよ。
(稲の花は保育園で用意します。)

田中保育園 ☎62-1602

滋野保育園 ☎63-6468

祢津保育園 ☎63-6816

和保育園 ☎63-6529

東保育園 ☎62-3291

西部保育園 ☎63-6469

1月20日(水) 午前10時～11時

*お店やさんごっこにおでかけください。
中央保育園 ☎67-2093

御牧原保育園 ☎67-2066

*今回園開放はありません。

ホワイトボード

みなさんからの情報発信によるページです。
 いろいろな情報をお待ちしております。
 メールアドレス：shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp
 F A X 63-5431
 ●送付先 東御市役所総務部企画課 広報担当まで

1月10日は『110番の日』!! 110番は事件事故の緊急電話です

110番通報 6つのポイント

- ①何がありましたか? — 交通事故、泥棒、けんかなど
- ②場所はどこですか? — 住所がわかる場合は、〇〇市△町×番地。分からない場合は、目標物を正確に。
 *目標物 (交差点・コンビニ・学校・病院・銀行等)
- ③いつのことですか? — 今、今から何分前。
- ④犯人は? — 犯人の人相・服装、車のナンバー・逃げた方向など。
- ⑤今どうなっていますか? — 事件・事故の様子、けが人、被害の状況など。
- ⑥あなたの住所、氏名、電話番号、関係など。
- 問い合わせ先/上田警察署 ☎62-0110
 望月警察署 ☎0267-53-0110

「長野県きこえ・ことば親の会 吃音についての講演会」

- 日時/1月23日(土)
 午前10時~正午 (受付午前9時30分~10時)
- 定員/100名 ●参加費/500円
- 会場/上田市市民プラザ・ゆう
 (上田市材木町一丁目2番2号)
 ☎27-2988・FAX27-3123
- 内容/吃音についての講演会
- 演題/「吃音(どもり)のある子どもへの対応」
 講師・上田養護学校 万年康男先生
 ・信州言友会の方々
- その他/託児あり。事前に下の問い合わせ先に申し込んでください。
- 共催/東信地区難聴・言語障害教育担当者会
 長野県難聴・言語障害教育担当者会
- 後援/長野県・長野県教育委員会・上田市教育委員会
- 問い合わせ先/小諸市立美南ガ丘小学校(中澤)
 ☎0267-22-2000

放送大学 4月生募集

放送大学では、平成22年度第1期(4月入学)の学生を募集しています。放送大学は、テレビなどの放送を利用して

授業を行う通信制の大学です。働きながら学んで大学卒業やキャリアアップ、退職後の生きがい作りなど、様々な目的で幅広い世代、職業の方が学ぶことができます。

詳しい資料を無料でお送りしますので、お気軽にお問い合わせください。

放送大学ホームページでも受け付けております。

- 出願期間/2月28日(日)まで
- 資料の請求・問い合わせ先/
 放送大学長野学習センター
 ☎0266-58-2332(月曜日・祝日休み)
 放送大学ホームページ <http://www.u-air.ac.jp>

ねこ捕獲おりを貸し出します

長野県動物愛護会上小支部では、地域ねこ対策や野良ねこにも去勢手術をさせたいという地域住民の要望にこたえるため、また、野良ねこや人になつかないねこの不妊去勢手術を推進し、致死処分頭数の減少を図るため、ねこ捕獲用のおりを貸し出すことにしましたのでご利用ください。

- 貸出対象/野良ねこや、人になつかないねこを捕獲して、不妊去勢手術を実施する者に限り貸出します。
- 貸出方法/・貸出期間は1週間以内。
 ・電話等により空き状況を確認し予約してください。
 ・保証金として1台につき7,000円ご用意ください。貸出時には「ねこ捕獲おり借用依頼書」の提出と、返却時には「ねこ捕獲おりの利用状況報告書」の提出をしてください。
- 問い合わせ先/長野県動物愛護会上小支部事務局
 上田保健福祉事務所 食品・生活衛生課 乳肉・動物衛生係
 ☎25-7153 FAX23-1973

多重債務でお悩みの方へ

- 多額の借金返済に困っている方、ご相談ください。
- 受付時間/月曜日~金曜日(祝日を除く)
 午前8時30分~正午・午後1時~4時30分
- 相談電話番号/☎026-234-2970
- 相談・問い合わせ先/
 長野市旭町1108 長野第2合同庁舎5階
 財務省関東財務局長野財務事務所「多重債務相談窓口」

(社)長野県法人会連合会 「ながの結婚支援センター」開設

社団法人長野県法人会連合会では、少子化に歯止めをかけるため、独身男女のキューピット役を務める「ながの結婚支援センター」を開設しました。人生をより豊かに楽しく過ごすことができるように、出会いの場を提供します。まずはホームページより、メルマガジンにご登録ください。メルマガ登録は無料です。毎回婚活に有益な情報を提供いたします。

- 問い合わせ先/ながの結婚支援センター
 ☎026-227-0031 FAX026-225-1130
 ホームページ<http://www.msc-nagano.jp/about>



株式会社信州東御市振興公社年末年始営業一覧

施設名		12月30日	12月31日	1月1日	1月2日	1月3日
湯楽里館	開館時間	午前10時	午前10時	正午	午前10時	午前10時
	閉館時間	午後10時	午後8時	午後10時	午後10時	午後10時
湯楽里館 物産センター	開館時間	午前9時30分	午前9時30分	正午	午前9時30分	午前9時30分
	閉館時間	午後7時	午後7時	午後7時	午後7時	午後7時
レストラン OH! LA! HO	開館時間	午前11時	午前11時	正午	午前11時	午前11時
	閉館時間	午後9時 (ラストオーダー 8時30分)	午後4時 (ラストオーダー 3時)	午後7時 (ラストオーダー 6時30分)	午後9時 (ラストオーダー 8時30分)	午後9時 (ラストオーダー 8時30分)
ゆうふる tanaka	開館時間	午前10時	午前10時	午前10時	午前10時	午前10時
	閉館時間	午後10時	午後7時	午後10時	午後10時	午後10時

政治家と有権者とのきれいな関係を保ち、 明るい選挙の実現、政治の腐敗を防ぐために。

政治家が選挙区内の人にお金や物（お中元・お歳暮なども含む）を贈ることは法律で禁止されています。また、有権者が求めることも禁止されています。

1. 政治家からの寄附禁止

選挙の有無に関わらず、政治家が選挙区内の人に寄附を行うことは、名義のいかんを問わず特定の場合を除いて一切禁止されています。有権者が求めてもいけません。冠婚葬祭における贈答なども寄附になるので、注意してください。

2. 後援団体からの寄附禁止

政治家の後援団体（後援会など）が行う寄附も、政治家の寄附同様に禁止されています。「後援団体の設立目的により行う行事または事業に関する寄附」は例外とされていますが、この場合も花輪、供花、香典、祝儀などや選挙前一定期間にされるものは禁止されています。

3. 政治家の関係会社などからの寄附禁止

政治家が役員・構成員である会社や団体が、政治家の名前を表示して行う寄附や、政治家の名前などを冠した会社・団体がその選挙に関して行う寄附も、政治家の寄附同様に禁止されています。

4. その他の寄附制限

政治家への寄附についても、国や地方公共団体と請負などの関係にある者の寄附の制限、政治資金規正法による制限などがあります。

MEMO

『時候のあいさつ』などにも制限があります。

政治家が選挙区内にある者に年賀状や暑中見舞状などの時候のあいさつ（電報も含む）を出すのは、「答礼のための自筆によるもの」以外は禁止されています。

また、政治家や後援団体が選挙区内にある者にあいさつする目的で、新聞・雑誌・テレビ・ラジオなどで有料広告（いわゆる名刺広告など）を出すと処罰されます。このような広告を出すように求めることも禁止されています。

●問い合わせ先 東御市選挙管理委員会 ☎64-5876

施設名		12月30日	12月31日	1月1日	1月2日	1月3日
御牧乃湯	開館時間	午前10時	午前10時	正午	午前10時	午前10時
	閉館時間	午後10時	午後8時	午後10時	午後10時	午後10時
御牧苑	開館時間	午前11時	午前11時	午後1時	午前11時	午前11時
	閉館時間	午後9時	午後2時	午後7時	午後9時	午後9時
アートヴィレッジ 明神館	開館時間	午前10時	午前10時	午前10時	午前10時	午前10時
	閉館時間	午後9時	午後9時 (午後5時～6時30分 宿泊客専用)	午後9時 (午後5時～6時30分 宿泊客専用)	午後9時 (午後5時～6時30分 宿泊客専用)	午後9時

※芸術むら公園の下記の施設について、冬期間利用を休止させていただきます。
平成21年12月1日～平成22年3月12日
マレットゴルフ場／バーベキューハウス／テニスコート／公衆トイレ
平成22年1月5日～平成22年3月12日
公園管理事務所／コテージ

●問い合わせ先 (株)信州東御市振興公社 総務課 ☎64-0001

新春講演会

生き残る人材の在り方

メジャー一流人材育成術

◆講師 NHK衛星放送メジャーリーグ野球解説

(社団法人) 全国野球振興会監事

たか はし なお き
高橋 直樹氏



(講師プロフィール)

1968年 日本鋼管株式会社
1968年 東映フライヤーズ(現日本ハム) 入団-広島東洋カープ
1982年 西武ライオンズ-読売ジャイアンツ-
横浜ベイスターズ(コーチ)
1987年 日本テレビ解説

【担当・専門分野】

MLB(大リーグ)のNHK解説者として10年間の現地での取材、カンザスシティ・ロイヤルズのコーチ時代の経験を生かしての日米の比較や、コーチング技術・健康管理の大切さを伝えると同時に、少年野球の指導も行っている。

《日時》 平成22年 1月15日(金) 午後3時～4時30分

《場所》 平安閣 みまき

《聴講料》 無 料

《主催》 東御市企業経営セミナー等運営委員会

東御市・東御市商工会・東御市工業振興会

東御市羽毛田工業団地協議会

●問い合わせ先 商工観光課 ☎67-1034 東御市商工会 ☎62-2205

歯周疾患検診を行っています

中高年者の9割は歯周病にかかっています。私たちが歯を失う原因の5割は、歯周病によるものです。

歯周病は、炎症によって歯肉・歯を支えている骨が破壊される病気です。

歯周病になっても、始めは痛みがほとんどなく、知らないうちに炎症が進行します。炎症がひどくなると歯肉から血やウミが出るようになり、口臭も強くなります。また、歯がぐらついたり、歯の間にすき間ができて、歯が抜けてしまいます。最近では、心臓病や糖尿病、脳梗塞といった全身の病気に関与していることもわかってきました。

この機会にぜひ、歯周疾患検診を受けて自分の口の中を確認してみませんか。

●対象者 平成21年度中に30、40、50、60、70歳になる市民

●実施期間 平成22年2月末日まで(休診日は除く)

●費用 500円

●受診方法 対象の方には受診票を郵送させていただいています。通知の中にある医療機関へ電話で予約をして受けてください。(お1人年1回のみです)

●問い合わせ先 健康保健課 健康増進係 ☎64-8883

冬の星座観察のお知らせ

冬のすばらしい実際の星空、冬の大三角形・オリオン座等、宝石箱のような星空をご家族でお楽しみください。

- 日時 平成22年1月22日(金) 午後6～7時
- 場所 滋野小学校校庭 (集合：滋野小学校プレイルーム)
- 講師 気象予報士 小菅 毅氏
- その他 ・天候が悪く中止の場合は、1月25日(月)午後6～7時になります。
・双眼鏡、天体望遠鏡、星座早見盤のある方はお持ちください。
・小学生以下の皆さんは、保護者と一緒に参加してください。

●問い合わせ先 滋野コミュニティーセンター ☎62-0401(火・木の午後は除く)

地域で育てよう！おらほの子ども 青少年育成市民大会

次代を担う子どもたちは地域の宝です。子どもたちの健やかな成長を願い、青少年育成市民大会を開催します。

講演には夜回り先生で著名な水谷修先生をお招きします。どなたでも聴講できます。お誘い合わせのうえ、お出かけください。

《テーマ》

～ケータイ・インターネットの悪影響から子どもたちを守るために～

- 日時 1月30日(土) 午後1時～4時 (受付 午後0時30分から)
※生涯学習カレンダーには1月31日と掲載されていますが、上記のとおり訂正します。
- 場所 東御市文化会館 (サンテラスホール)
- 日程 午後1時～ 実践発表Ⅰ 東部中学校合唱部の発表
午後1時20分～ 式典 家庭の日フォトエッセイコンテスト優秀賞の発表
午後1時35分～ 実践発表Ⅱ ネットリテラシー教育の取り組み
午後2時～ 講演会
午後3時40分～ 大会宣言
- 講師 水谷 修先生
- 演題 「あした笑顔になあれ」～夜回り先生からのメッセージ～

講師プロフィール

1956年横浜生まれ。上智大学文学部哲学科卒業。
教師生活のほとんどを少年の非行・薬物問題に捧げ「夜回り」と呼ばれる深夜パトロールを行いながら、若者の更生に尽力。
第17回東京弁護士会人権賞受賞。
主な著書に『夜回り先生』(サンクチュアリ出版)
『さらば、悲しみの青春』(高文研)
『さよならが、いえなくて』(日本評論社) など



撮影：足田千里

※満席の場合は、入場をお断りする場合がございます。ご了承ください。

●問い合わせ先 生涯学習課 青少年係 ☎64-5885

年末年始の業務一覽

し尿汲み取りの 年末年始の休業

東部地区

- ◆休業日
12月30日(水)～1月4日(月)
- ◆操業日
1月5日(火)から通常営業

北御牧地区

- ◆休業日
12月30日(水)～1月3日(日)
- ◆操業日
1月4日(月)から通常営業

●問い合わせ先
市民課 生活環境係 ☎64-5896

高齢者センター くらかけ入浴施設(お風呂)

- 12月28日(月)から1月4日(月)まで休業します。

●問い合わせ先 福祉課 高齢者係
(東御市総合福祉センター内) ☎64-8888

八重原芸術むら公園 憩いの家

- 12月29日(火)から1月3日(日)まで休館となります。

●問い合わせ先 農林課 農政係 ☎64-5894
憩いの家 ☎67-1655(毎週水曜日定休)

東部地区(田中・滋野・祢津・和) 上田地域 広域連合 東部クリーンセンター

- ◆休業期間
12月30日(水)～1月3日(日)
- ◆休日受入日
1月10日(日)9:00～12:00 13:00～15:00

北御牧地区

川西保健衛生施設組合 川西清掃センター

- ◆休業期間
12月29日(火)～1月3日(日)

川西保健衛生施設組合 粗大ゴミ処分場

- ◆休業期間
12月29日(火)～1月3日(日)

●問い合わせ先
東部クリーンセンター ☎63-6814
川西清掃センター ☎0267-53-5679

オフトーク・有線放送の お知らせ放送

- 12月29日(火)から1月3日(日)まで定時放送をお休みします。
なお、市長の年頭のあいさつは1月1日正午から放送予定です。

●問い合わせ先
企画課 情報統計係 ☎64-5806

とうみレッツ号運行の一部改正について

平成22年1月4日から下記のとおり一部改正いたします。

ご不便をおかけしますが、皆様の益々のご利用をお待ちしております。

★とうみレッツ号運行時刻について

しなの鉄道との乗り継ぎを考慮し、午後便の出発時刻を10分遅らせて運行いたします。

◎市中心部発	現行	改正後	◎各エリア発	現行	改正後
	(例) 13時00分便	→ 13時10分		(例) 13時30分便	→ 13時40分

★オラホ号について

火曜日・金曜日の運行を行っておりますが、火曜日の利用者が少ないことから火曜日便を運休いたします。(レッツ1号車にて乗継運行されますので、湯楽里館へのご利用は今までどおりできます。)

～レッツ号からのお願い～

- ・レッツ号をご利用の際も、シートベルトを正しくしっかりと着用しましょう。
- ・冬期は路面状態により遅れや運休が予想されますので、時間に余裕をもってご予約ください。
- ・戸口までお迎えに行かれない場合があります。ご了承ください。

●問い合わせ先 とうみレッツ号受付センター(東御市商工会内) ☎64-6636

年末年始の業務一覽

公民館年末年始休館

- 中央公民館・滋野公民館・祢津公民館・和公民館・北御牧公民館は12月29日(火)～1月3日(日)まで休館となります。

●問い合わせ先 中央公民館 ☎64-5885

図書館

- 12月28日(月)から1月4日(月)まで休館となります。なお、返却本は玄関入口の返却ボックスをご利用ください。

●問い合わせ先 東御市立図書館 ☎64-5886

東部子育て支援センター “すくすくひろば”休館

- 12月29日(火)から1月3日(日)まで休館となります。

●問い合わせ先
東部子育て支援センター ☎64-3128

市内定時、定路線バス とうみレッツ号 (東御市デマンド交通)

- 12月29日(火)から1月3日(日)まで休業します

●問い合わせ先 東御市商工会内
とうみレッツ号受付センター ☎64-6636

自動交付機稼動について

- 住民票・印鑑証明書自動交付機
12月29日(火)から
1月3日(日)までお休みします

●問い合わせ先
市民課 市民係 ☎62-1111 内線1211

北御牧子育て支援センター “みまき未来館”休館

- 12月29日(火)から1月3日(日)まで休館となります。

●問い合わせ先
北御牧子育て支援センター ☎67-3676

日曜当番医

- 緊急の場合は主治医に連絡し、主治医不在の場合は当番医に連絡してください。
- 当番時間は平常どおりです。(午前中宅診、午後往診)
- 急きょ当番医が変わることがあります。休日・夜間当番医の電話案内等でご確認ください。

12月27日	ささき 医院	☎64-3711	本海野
1月3日	柳沢 医院	☎62-0192	片羽
10日	祢津 診療所	☎62-0273	東町
17日	春原整形外科クリニック	☎64-6200	常田
24日	みまき温泉診療所	☎61-6002	布下
31日	中島 医院	☎67-2777	大日向

※休日・夜間当番医の電話案内
長野県救急医療情報センター
フリーダイヤル0120-89-0421

休日歯科当番表

(診療時間は午前9時から午後3時まで)

12月27日	滝澤歯科クリニック	☎24-9774	上田市国分
29日	南里 歯科 医院	☎64-4070	東御市海善寺
	アキワ歯科クリニック	☎24-1300	上田市秋和
30日	宮原 歯科 医院	☎49-2112	青木村田沢
	馬場 歯科 医院	☎27-8499	上田市常田
31日	ながと 歯科 診療所	☎68-0010	長和町古町
	草間 歯科 医院	☎21-4618	上田市中央西
1月1日	中沢 歯科 医院	☎22-3688	上田市中央
	みやま歯科クリニック	☎23-0303	上田市常磐城
2日	小林 歯科 医院	☎42-2141	上田市上丸子
	西川 歯科 医院	☎29-4343	上田市中央西
3日	小田中 歯科 医院	☎24-8130	上田市天神
	善美 歯 科	☎25-3800	上田市中之条
10日	国保長和町和田歯科診療所	☎88-2217	長和町和田
11日	東 部 歯 科	☎64-2300	東御市滋野乙
17日	小牧橋 歯科 医院	☎22-9225	上田市国分
24日	おぎくぼ 歯科 医院	☎64-3660	東御市常田
31日	田中 歯科 医院	☎24-5566	上田市住吉

2010年 毎年恒例！あなたも参加してみませんか？ 第11回元旦マラソンウォーキング

- ◆日時 平成22年1月1日(元旦)
集合：午前8時40分 スタート：午前9時
- ◆集合場所 田中コミュニティーセンター前
(当日、田中コミュニティーセンター前で
受付をしてください)
- ◆コース 田中コミュニティーセンターを出発し、
県諏訪神社を折り返して戻るコース
【マラソン】 約5km
【ウォーキング】 約2.5km
- ◆申し込み 不要(当日お越しください)
- ◆参加料 無料
- ◆主催 田中地区生涯学習まちづくり推進協議会・田中地区分館長会



＊＊この大会は、タイムや順位を競うものではありません。お気軽にご参加ください＊＊

●問い合わせ先 中央公民館内 生涯学習課 事務局 ☎64-5885 FAX64-5610

東御市消防出初式 1月10日(日)

《場所》田中商店街(式典については東御市文化会館にて)
※午後0時20分から2時まで、田中商店街は車両通行止めになります。

《日程》●午後0時50分～ 幼年消防クラブ行進

(荒天時中止)

- ・東保育園・中央保育園・海野保育園・くるみ幼稚園・田中保育園・滋野保育園・祢津保育園・和保育園・西部保育園の各幼年消防クラブ

●午後1時30分～ 分列行進

消防団音楽隊及び本部ラッパ隊の演奏により田中商店街を行進します。

団長以下団員798名、消防団積載者43台、タンク車1台、消防団広報車1台、消防署車両6台、婦人消防協力班、伊勢原自衛消防隊、祢津南自衛消防隊、乙女平自衛消防隊、海善寺北自衛消防隊、奈良原自衛消防隊

●午後2時30分～ 式典(東御市文化会館)

見学席も用意してありますので市民の皆様もお気軽にお出かけください。

※式典開始前に消防団音楽隊・ラッパ隊の演奏があります。



●問い合わせ先 消防防災課 危機管理係 ☎62-0119 FAX63-0119