

市報



No.78

とうみ

2010
10月号

- 市役所本庁舎・新図書館の基本設計ができました・・・2～5
- コミュニティFM放送局「エフエムとうみ」開局・・・6～7
- 平成21年度決算について・・・8～9
- 中学生ホームステイレポート（オーストラリア・韓国）・・・16～19



『巨ん太く～ん!!』

—巨峰の王国まつり—
(32ページに関連記事)

市役所本庁舎増改築 及び

新市立図書館の基本設計ができました

昨年度、市民の皆さんから説明会や懇談会を通じてご意見をいただき、「東御市舞台が丘整備基本構想」がとりまとめられました。本年度から、市役所本庁舎や市立図書館、中央公民館など舞台が丘一帯の公共施設の総合的な整備について、整備基本構想に基づき具体的な整備計画の手続きを進めてきました。

ここでは、図書館を含む（合築する）市役所本庁舎の増改築について基本設計が出来上がりましたので公表します。

【図】基本設計ができたエリア



設計における基本となる4つの方針

基本設計を行うにあたっては、次に掲げる方針を基本としています。

1 新庁舎と既存施設との有機的な結合

現在、本庁舎周辺の建物（庁舎別館、舞台が丘会館等）は必要に応じて順次建設されてきた結果、それぞれの施設が独立し、一体感のない施設群となっています。そこで、基本設計では、増築部分を単に付け足すだけでなく、増築部分に新設するエントランス空間や回廊の整備、渡り廊下の再整備により各施設に一体感を持たせ、市民の皆さんが利用しや

2 高い防災機能を確保

市役所は、市の中心施設として高い防災機能と、災害時における災害対策本部としての十分な安全性が求められます。そこで、本庁舎西側の耐震改修及び東館増築部は国の基準に従い、阪神淡路大震災や新潟県中越沖地震の最大震度7程度の大地震にも十分耐えられるだけの強度を確保します。

☆本庁舎正面（通路）の部分に、エントランス空間（通路）を配置。南側駐車場からも各施設へ自由に連絡します。

☆各施設に囲まれた交流空間を設置。訪れた皆さんの交流の場として活用します。

既存庁舎

増築棟・
新図書館

正面玄関

〔基本設計による模型〕

3 ユニバーサルデザインへの配慮

全ての人が利用しやすい施設を目指します。各施設の段差の解消をはじめ、施設全体のバリアフリー化を図るため次の点に配慮しています。

- エレベーターの導入
市役所本館及び新図書館それぞれにエレベーターを設置し、各階へのスムーズな移動を確保します。
- スロープの導入
各施設間の段差にスロープを設置し、障がいのある方や高齢者でも全ての施設への移動を可能とします。

○床のフラット化
増築部と既存建物の床高を合わせることにより段差を無くし、各施設の床は段差のない設計とします。

○多目的トイレの設置
耐震改修及び増築にあたり、全てのフロアに多目的トイレを設置します。障がいのある方や子ども連れ、妊婦の方も使用しやすい環境を整えます。

○通路幅の確保
施設内外において、十分な通路幅や安全な歩行空間の確保をします。

4 周辺環境に調和したデザイン

周囲の自然環境に配慮し、統一感やまとまりのあるデザインとします。

【本庁舎各フロアの概要】

3階

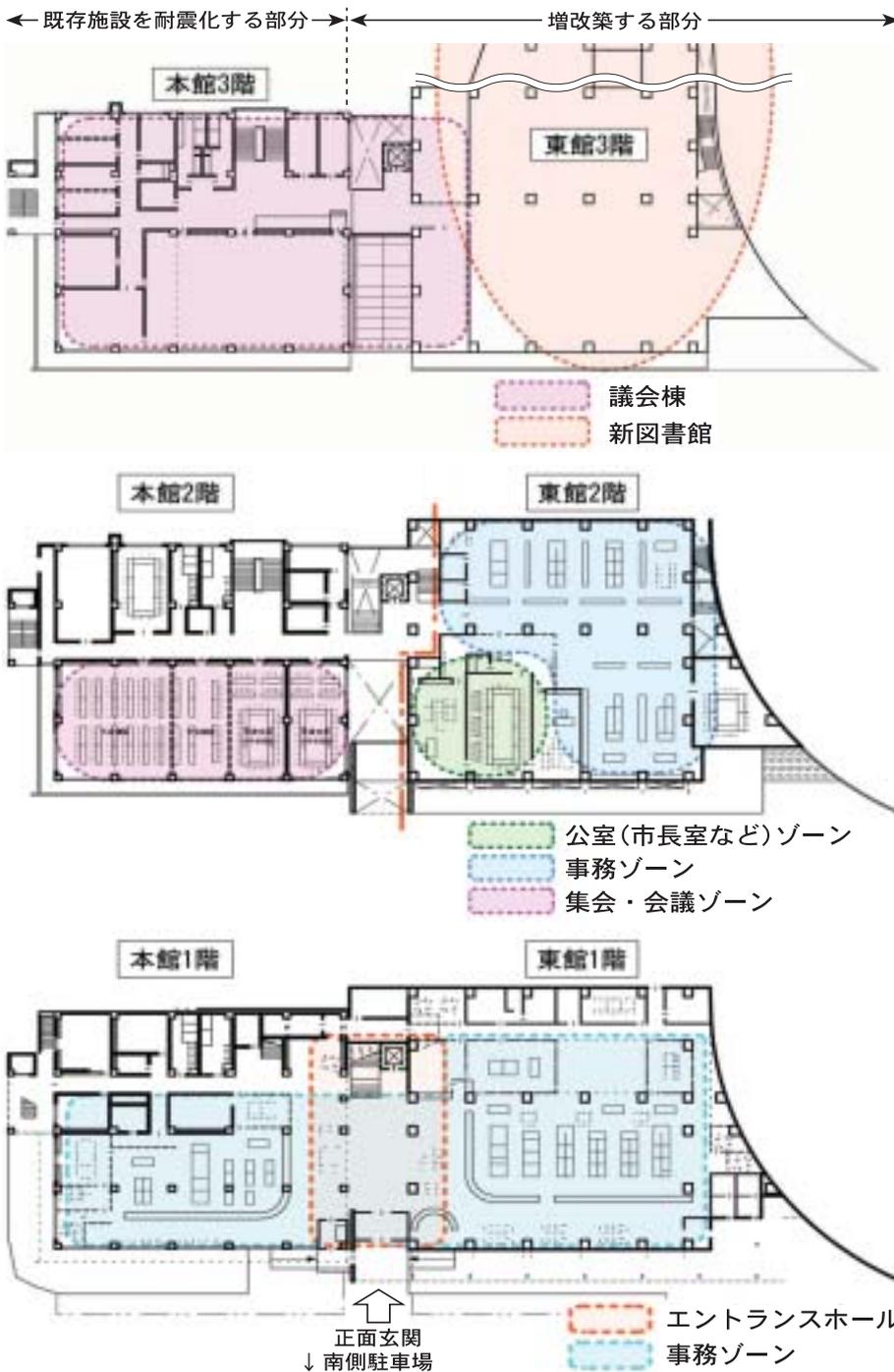
3階は議会棟として継続して使用し、議場は現在より拡張します。傍聴席にはスロープを設置して車いすでも容易に入場できるようにします。

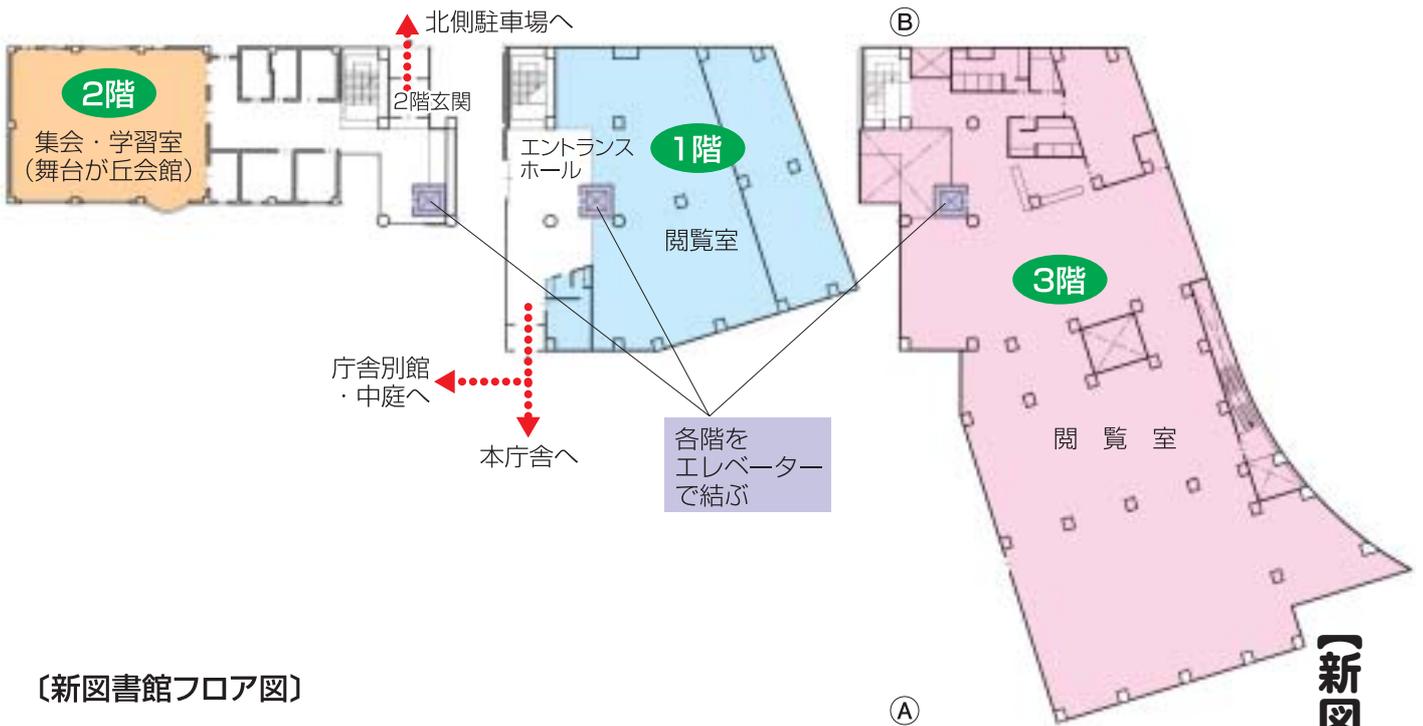
2階

フロアを用途により、3つのゾーンに分けます。集会・会議ゾーンは西側に集約し、必要に応じて部屋の大さや室数を変更できるように移動間仕切を設置します。また、会議室は緊急時の「災害対策本部」としての機能を持たせます。

1階

窓口利用の多い市民課・税務課・会計課・子育て支援課が入り、エントランスホールを挟み、フロア全体で大空間を確保し、利便性の向上を図ります。

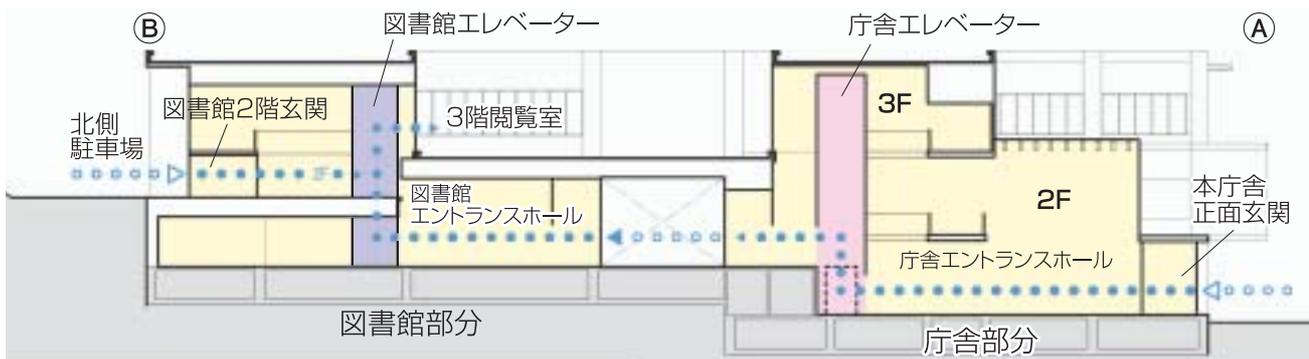




〔新図書館フロア図〕

【新図書館のフロア概要】

- 1階** 中庭と一体的に利用できるエントランスホール（玄関口）を配置するとともに、3階の一般閲覧室とは性格の異なる郷土資料や行政資料などを閲覧するための落ち着いた場所とします。
- 2階** 現在の舞台が丘会館の2階となります。図書館のイベント等にも利用できる多目的集会室・学習室として使用します。
- 3階** 新図書館のメインフロアとなります。眺望の良さを活かして様々なコーナーを設定します。1階から3階までの移動には階段の他にエレベーターを設置し、誰もが気軽に図書館を利用できるようにします。



【庁舎と図書館
利用者の動線】

エレベーターで
段差を解消

上の図は、本ページ上部の「新図書館フロア図」のA点とB点を結ぶ直線の施設の断面図です。傾斜地に建つ市役所本庁舎及び新図書館の段差を解消するため、庁舎エントランスホールからエレベーターで新図書館のエントランスホールを結びます。これにより、市役所と図書館両方に用事のある方の利便性を確保します。

また、新図書館2階には、北側の駐車場から直接入館することが第2の玄関を配置することで、図書館としての独自性を持たせています。

『新図書館整備計画
検討懇話会』

このたびの新図書館建設に当たり、より良い図書館にしようとして「新図書館整備計画検討懇話会（吾妻弘之会長）」を設置し、新図書館のサービス目標の検討をいただいています。

＜今後のスケジュール＞

※工事の進行等により変更になる場合があります

平成22年10月	実施（詳細）設計に着手
平成23年1月	仮設事務所の改修
平成23年5月	仮設事務所へ移転 図書館は現在のまま
平成23年7月	工事開始
平成24年5月	新庁舎、新図書館へ移転
平成24年8月	工事完了

＜計画面積＞

※今後の実施設計で変更になる場合があります [㎡]

本庁舎 4,161	本館 (耐震改修部)	1,834	1階	566
			2階	584
			3階	568
			地下	116
	東館 (増改築部)	2,027	1階	913
			2階	669
			3階	155
中2階			52	
舞台が丘会館	300	地下	238	
新図書館 1,939	東館	1,624	中2階	300
			1階	523
			2階	71
	舞台が丘会館	315	3階	1,030
			2階	315

これらの基本設計の内容を基に、より細部にわたる内容を決定するために実施設計を今年度中に行います。その後、来年度から本格的な改修・増築等の工事が行われる予定となっています。

工事に伴い、現在の市役所本庁舎、舞台が丘会館等は使用できなくなるため、工事期間中は市役所の各部署は仮設の庁舎へ移転することとなります。仮設庁舎については市役所周辺の中央公民館や勤労者会館、庁舎別館など既存の建物を使用すること

これからの予定

を基本方針として現在検討を進めています。

どの部署がどこへ移転となるかにつきましては本年12月頃を目途に市民の皆さんにお知らせいたします。また、仮設庁舎へ移転した際には、市民の皆様が分かりやすいような案内看板等の設置も検討しております。工事期間中は市役所を利用される皆さんにはご不便、ご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いいたします。

●問い合わせ先
総務課行政管理係
☎6415901

「新図書館・中央公民館のあり方」講座に、あなたも参加してみませんか？

市では、舞台が丘整備事業に係る施設について、「協働のまちづくり」の一環として市民の皆さんの関心を高めていただくことと下記の講座を開催しています。

「市民と一緒に作る・新図書館講座」※会場はいずれも東部人権啓発センター3階

第4回	11月12日(金) 午後6時30分より	・行政情報サービスの活用と図書館 講師 蛭田廣一さん(前小平市立図書館長)
第5回	11月13日(土) 午前10時30分より	・手作り絵本の楽しさと図書館 講師 手づくり絵本上田「みどりのゆび」の皆さん
第6回	12月11日(土) 午後1時30分より	・民話と図書館(民話の話と読み語り) 講師 稲垣勇一さん(塩田平民話研究会所長)
第7回	12月18日(土) 午後1時30分より	・図書館を使って調べる(東御市の郷土史から) 講師 寺島隆史さん(元上田市立博物館館長)
第8回	1月22日(土) 午後6時30分より	・市民協働の図書館づくり 講師 花岡市長、図書館職員

●問い合わせ先 市立図書館 ☎64-5886

「魅力ある公民館について考える講座」

第4回	11月6日(土) 時間未定	・先進地視察(近隣市町村の公民館視察)
第5回	12月11日(土) 午前9時30分より	・ワークショップ:「中央公民館をどんな施設にしたいか考える」 講師 福留強さん(聖徳大学教授)
第6回	3月6日(日) 午後1時30分より	・シンポジウム(公開討論会):「中央公民館について考える」 コーディネーター 福留強さん、シンポジスト 花岡市長・関公民館長 他

●問い合わせ先 生涯学習課生涯学習係 ☎64-5885

※どちらの講座も途中からの参加も大歓迎です。ご参加お待ちしております。



78.5MHz 地域情報発信拠点

～みんなの情報 電波にのせて～

コミュニティFM放送局

「エフエムとうみ」が開局しました!



エフエムとうみは、ラジオを活用した市の新たな情報提供手段です。まちづくりの活性化と災害等緊急情

エフエムとうみ 10月3日誕生



「エフエムとうみ」は、市の新たな情報発信拠点として、市民・事業所の皆さんが気軽に参加することができる放送局です。地域の身近な情報をリアルタイムに放送し、皆さんの日常生活に役立てることが出来ます。また、行政情報や災害時等における緊急情報も、素早く皆様にお知らせすることもできます。

コミュニティ
FM放送局
「エフエムとうみ」
がスタートしました



エフエムとうみの概要

会社名	株式会社エフエムとうみ
呼出符号と名称	JOZZ4AP-FM エフエムとうみ
放送の種類	超短波 (FM) 放送
周波数と送信出力	78.5MHz 20W
放送時間	午前7時から午後9時まで (自主制作番組)
放送内容	地域の最新ニュース、イベント、行政情報、災害等緊急放送、音楽など
本社所在地	田中202 (事務所兼スタジオ)
放送エリア	東御市の一部 及び 周辺市町村の一部
問い合わせ先	電話 63-1003 ファックス 63-1103 Eメール info@fmtomi785.jp ホームページ http://fmtomi785.jp

報を素早くお知らせすることを目的に、昨年11月に設立準備会を立ち上げ、今年の2月から3月まで「エフエムとうみ」の株式募集等を経て、4月6日に法人を設立しました。そして、7月20日に信越総合通信局から無線局の予備免許、9月17日には本免許が交付され、10月3日(とうみの日)に開局を迎えました。

市の行政情報なども、速報性があるラジオ放送を活用することで、よりタイムリーに提供できるようになりました。



手軽に聞けて
身近な情報が
手に入る

自動車を運転しながら、あるいは仕事や家事をしながら、自宅や職場でFMラジオをつけておくだけで、今のまちの状況を知ることが出来るのは、コミュニティFMの大きなメリットです。放送の合間に流れるCMやマーシャルも、地元の企業や店舗が中心です。「ラジオを聞いて来店した」というだけで会話も弾むでしょう。このようなラジオを通じたコミュニケーションも可能です。



エフエムとうみのスタジオ



事務所兼スタジオは、しなの鉄道田中駅北交差点の一角にあります。田中商店街に面したガラス張りのオープンスタジオで、放送中の様子を自由に見ることが出来ます。皆さんも是非スタジオを見に行ってください。思わぬ出演なんてことがあるかもしれません。

市役所からのお知らせ番組



月曜日から日曜日までの毎日、行政情報番組を放送します。内容は、市役所からのお知らせや、市報とうみ等に掲載されている記事を中心に、旬な情報を提供します。

- ▼番組名「ラジオ市報とうみ」
 - ▼月曜日から日曜日まで毎日、1日3回放送します
 - ▼放送開始時間
 - ①午前7時40分
 - ②午後0時40分
 - ③午後6時40分
- ※他に、早くお知らせしたい情報があれば、この時間外に放送することもあります。

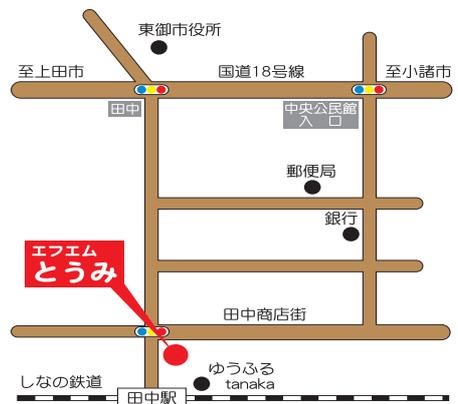
緊急告知 FMラジオの配布について



災害等の緊急時に、自動的に電源が入って大音量と光でお知らせする「緊急告知FMラジオ」は、平成22〜23年度にかけて調達を行い、市内の世帯に1台無償で配布（貸与）する予定です。ラジオがお手元に届くまでは、一般のFMラジオやカーラジオでお楽しみください。



▶緊急告知FMラジオのイメージ



楽しんで愛される 市民参加型の放送局に

株式会社エフエムとうみ
代表取締役

加藤 行孝さん（片羽）

皆様のご支援とご協力をいただき、このたびエフエムとうみを開局することができました。貴重な紙面をお借りして御礼と感謝を申し上げます。地域の皆さんに有益な情報をお伝えし、有効に活用していただけるよう、多くの方々の生活のお役に立ちたいと思っています。

エフエムとうみを「聞いてよかった」「楽しかった」と思っていただけの放送局を目指していきたいと考えておりますので、今後ともご支援とご協力をお願いいたします。

エフエムとうみは1日14時間放送し、すべて生番組で構成しています。皆さんにもお気軽にスタジオに立ち寄っていただき、

番組への出演や情報共有する場として是非ご活用ください。



「オフトーク」や「有線放送」はどうなるの？

現在、オフトーク通信と有線放送は、市からのお知らせなどの定時放送番組を1日に3回と、午後3時に体操を放送しています。

しかし、いずれも利用開始からすでに10年以上が経過し、機器・設備の老朽化や、光ケーブル網の普及に伴い、8月末現在のオフトーク通信の加入率が31・6%、有線放送では86・3%と減少傾向にあります。このような現状では、残念ながら災害等の緊急情報が市内一斉に告知できているとは言い難い状況です。

今後は、前述の緊急告知FMラジオの配布が完了した後、来年9月末をもって放送事業を終了します。オフトーク通信の廃止手続きは随時受け付けていますが、ラジオが届くまでは、自動的に情報が受け取れる手段が無くなってしまうので、あらかじめご承知ください。

なお、加入されている方を対象に、後日説明会等を行う予定です。

- 問い合わせ先
- ・オフトーク通信に関すること
- ・企画課秘書広報係
- ☎64-5806
- ・有線放送に関すること
- ・企画課ケーブルテレビ係
- ☎67-12981

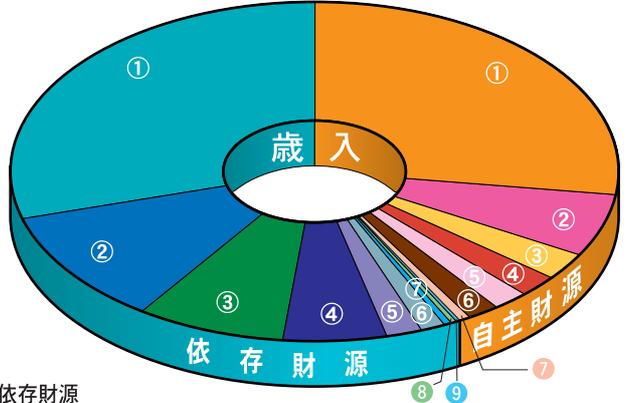
一般会計 平成21年度 決算の状況

平成21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150億3千986万円、歳出総額145億3千481万円となりました。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。)

歳入 150億3,986万円

歳入を構成比で見ると、自主財源は42.1%、国や県の補助金などの依存財源は57.9%となりました。



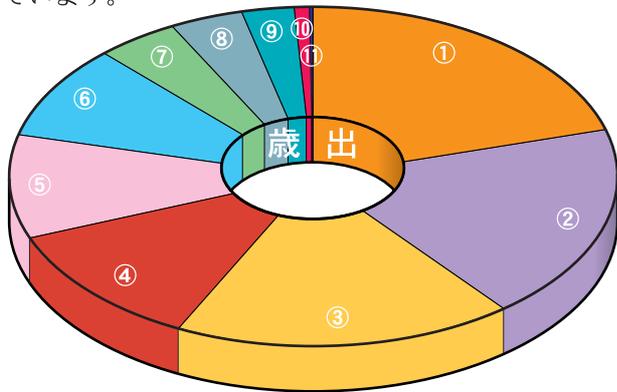
依存財源

- ① 地方交付税 44億3,264万円 (29.5%)
 - ② 国庫支出金 16億3,269万円 (10.9%)
 - ③ 市債 11億8,770万円 (7.9%)
 - ④ 県支出金 8億1,978万円 (5.5%)
 - ⑤ 地方消費税交付金 2億9,262万円 (1.9%)
 - ⑥ 地方譲与税 2億 189万円 (1.3%)
 - ⑦ 地方特例交付金 5,462万円 (0.4%)
 - ⑧ 自動車取得税交付金 4,803万円 (0.3%)
 - ⑨ その他 1,534万円 (0.1%)
- 利子割交付金 1,218万円 (0.1%)
 ゴルフ場利用税交付金 1,218万円 (0.1%)
 交通安全対策特別交付金 572万円 (0.0%)
 配当割交付金 370万円 (0.0%)
 株式等譲渡所得割交付金 191万円 (0.0%)

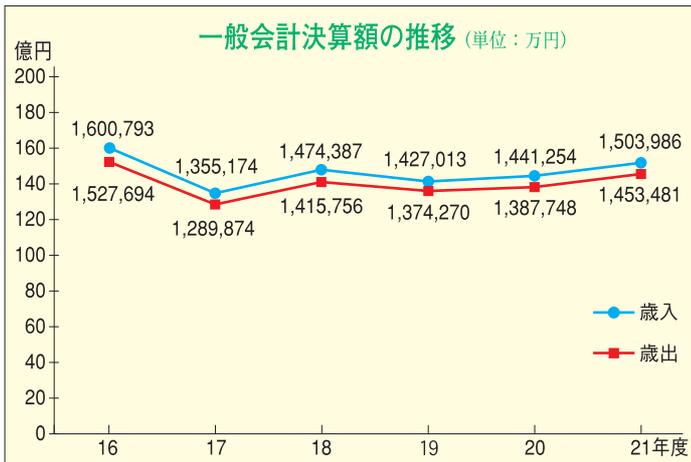
自主財源

- ① 市税 40億8,296万円 (27.2%)
- ② 繰入金 9億 742万円 (6.0%)
- ③ 諸収入 3億9,039万円 (2.6%)
- ④ 繰越金 3億1,898万円 (2.1%)
- ⑤ 分担金及び負担金 2億8,582万円 (1.9%)
- ⑥ 使用料及び手数料 2億6,075万円 (1.7%)
- ⑦ その他 財産収入 6,150万円 (0.4%)
寄付金 2,321万円 (0.2%)

歳出のトップは民生費で全体の20.6%を占めました。第2位は総務費の18.7%、第3位は土木費の18.1%となっています。



- ① 民生費 29億9,629万円 (20.6%)
- ② 総務費 27億1,163万円 (18.7%)
- ③ 土木費 26億3,706万円 (18.1%)
- ④ 公債費 17億1,632万円 (11.8%)
- ⑤ 衛生費 14億3,360万円 (9.9%)
- ⑥ 教育費 13億 142万円 (9.0%)
- ⑦ 商工費 6億3,746万円 (4.4%)
- ⑧ 農林水産業費 5億7,131万円 (3.9%)
- ⑨ 消防費 4億1,157万円 (2.8%)
- ⑩ 議会費 1億1,814万円 (0.8%)
- ⑪ 災害復旧費 2万円 (0.0%)



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	29億9,511	27億6,373
老人保健	3,385	3,344
介護保険	22億 75	21億8,092
地域改善地区住宅改修資金等貸付事業	2,117	4,266
工業地域開発事業	0	0
後期高齢者医療	2億2,144	2億1,170
企業会計		
水道事業	収益的 6億5,798 資本的 1,958	6億1,700 3億2,496
下水道事業	収益的 13億7,037 資本的 7億3,750	12億 471 11億7,683
病院事業	収益的 14億9,563 資本的 2億7,864	15億4,373 3億 603

市債残高の推移

(単位: 万円)

年度	一般会計	特別会計	公営企業会計	計
16	153億7,114	203億9,580	76億2,936	433億9,630
17	148億4,006	197億1,362	74億2,325	419億7,693
18	150億8,710	188億9,761	72億 391	411億8,862
19	149億1,134	180億7,310	69億 53	398億8,497
20	141億7,809	3,396	225億8,913	368億 118
21	138億7,845	1,497	212億 613	350億9,955

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
21	45億3,589	4億2,451	49億6,040

※公営企業会計は、H20に下水道事業が特別会計から移行しました。

歳出トップは『民生費』

総務費

定額給付金給付事業費 ……4億9,266万円
 合併振興基金積立金 ……1億5,226万円
 衆議院議員選挙費 ……1,805万円
 太陽光発電施設導入助成事業費 ……879万円
 コミュニティ放送局設立準備諸経費 ……208万円

民生費

児童手当・児童扶養手当費 ……3億6,520万円
 介護保険特別会計繰出金 ……3億 23万円
 市立保育園運営事業費 ……2億7,323万円
 障害者自立支援介護給付費 ……2億6,805万円
 長野県後期高齢者医療広域連合負担金 2億3,213万円
 国民健康保険特別会計繰出金 ……1億8,470万円
 生活保護費 ……1億5,009万円
 私立保育園運営委託事業費 ……7,332万円
 後期高齢者医療特別会計繰出金 ……6,411万円
 乳幼児・児童福祉医療費 ……4,607万円
 柵津保育園改築事業費 ……2,288万円
 放課後児童クラブ事業費 ……2,124万円
 子育て応援特別手当給付事業費 ……1,842万円
 ひとり暮らし高齢者等火災警報器設置事業 ……607万円



▲本年度末の完成を目指す柵津保育園

衛生費

病院事業会計繰出金 ……6億1,088万円
 焼却場等運営広域負担金(上田・川西) ……2億5,429万円
 し尿処理運営広域負担金(上田・川西) ……1億 512万円
 ごみ分別収集費 ……1億 406万円
 各種予防・検診事業費 ……6,449万円
 妊婦健診事業費 ……1,887万円
 食育事業費 ……595万円

農林水産業費

土地改良区補助金 ……1億1,801万円
 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 ……4,178万円
 松くい虫防除対策事業費 ……3,559万円

市民1人あたりが納めた市税
 (単位:円/人)

市民1人あたりに使われたお金
 (単位:円/人)

項目	金額
固定資産税	67,192
市民税	46,904
都市計画税	6,557
市たばこ税	5,543
軽自動車税	2,335
入湯税	143
全体平均	128,674

項目	金額
議会費	3,723
総務費	85,457
民生費	94,428
衛生費	45,180
農林水産業費	18,005
商工費	20,090
土木費	83,107
消防費	12,970
教育費	41,014
公債費	54,090
災害復旧費	0
全体平均	458,063

(注 市民1人あたりの金額は、平成22年4月1日現在の人口31,731人で割り、四捨五入の調整をしてあります。)

商工費

中小企業振興資金等預託金 ……2億2,000万円
 温泉施設運営費 ……1億2,574万円
 新交通システム運行費補助金 ……5,386万円
 商工業振興助成事業補助金 ……3,073万円
 制度資金融資利子補給金 ……1,385万円

土木費

下水道事業会計繰出金 ……15億5,994万円
 田中駅南口整備事業費 ……3億6,909万円
 経済危機対策道路整備事業 ……1億1,132万円
 西川・中村川排水路整備事業費 ……1億 169万円
 道路維持費 ……9,091万円
 道路後退用地整備事業費 ……1,495万円
 花と緑のまちづくり事業費 ……715万円

消防費

上田地域広域連合負担金(常備消防) ……2億9,089万円
 非常備消防費(うち消防団員報酬1,720万円) ……6,679万円
 消防施設費 ……4,395万円

教育費

小学校費 ……2億6,538万円
 (うち田中・柵津小学校耐震補強事業費1,367万円)
 (うち地上デジタルテレビ購入費2,831万円)
 中学校費 ……1億4,486万円
 (うち地上デジタルテレビ購入費1,382万円)
 学校給食運営費 ……1億2,330万円
 文化会館舞台設備改修事業費 ……9,372万円
 文化会館指定管理費 ……6,903万円
 分館施設整備事業費 ……6,201万円
 (南部公民館、片羽公民館、田之尻公民館施設整備補助金など)
 伝統的建造物群保存事業費 ……5,960万円

※金額が大きいもの、特徴的なものを掲載

●問い合わせ先 総務課財政係 ☎64-5805

速報値

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」により、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（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。つきましては、東御市の平成21年度決算に基づく指標について、速報値をお知らせします。（確報値については、11月末に総務省から公表される予定です。また、健全化判断比率及び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。）

<http://www.city.tomionagano.jp/>

1 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。（値が低いほど健全です。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景気低迷の影響による税収の減少など財政運営上の問題を抱えており、また、舞台が丘整備事業や市内保育園の建て替え等による大規模な支出が予想されますので、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21年度)	東御市 (平成20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)	13.52	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)	18.52	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	14.7	16.0	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当たるのかを表す指標(100%が1年分にあたります)	111.5	109.4	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21年度健全化判断比率を前年度と比較しますと、実質公債費比率は、借金返済のピークを過ぎたため、前年度より比率が1・3ポイント減少しましたが、将来負担比率については、土地開発公社の所有土地のうち市が買い取るべきものについて、年次で買い取る約束（債務負担行為）を行ったことなどにより将来の負担額が増加し、前年度より2・1ポイント上昇しました。

2 公営企業の 資金不足比率

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21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

☎64-15805

<資金不足比率>

(単位：%)

指標名	指標の意味	平成21年度 水道事業会計	平成21年度 下水道事業会計	平成21年度 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

市議会第3回定例会

平成21年度歳入歳出決算認定

市議会第3回定例会が9月1日開会しました。今定例会には、平成21年度の一般・特別会計及び公営企業会計の歳入歳出決算認定のほか、平成22年度一般・特別会計及び公営企業会計の補正予算案6件、条例の一部を改正する条例案2件、その他の議案と合わせ21議案が提案されました。

また、7日から2日間に行なり11名の議員が個人質問を行い、13日には総括質疑・委員会付託がされ、総務文教、社会福祉、産業建設の各常任委員会において、付託された議案及び請願1件、陳情3件等の審査が3日間行われました。市が提案した議案21件はすべて原案可決及び承認、認定がされ、議員提出議案3件もすべて可決し、24日に閉会となりました。

（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。）

議会報告会

を開催します

市議会では、議会改革の一環として「市民に開かれた議会」「市民との協働のまちづくり」を目指しています。そこで、市民の皆様が議会について知っていただき、貴重なご意見をお聞きするために、『議会報告会』を開催します。大勢の皆さんのお越しをお待ちしています。

※詳しくは、10月4日発行お知らせ版18ページをご覧ください。

市長招集あいさつ（抜粋）

私が市政をお預かりして任期の折り返しを過ぎ、公約の実現に向け、ひとつひとつを確固たるものにすべく、様々な施策への取り組みをしてまいりました。

「市民の声をまちづくり」を主題に、6月22日から30日までの間、市内各地区でまちづくり懇談会を開催致しました。合計で279名の皆さんにご参加いただき、市政に対する意見や要望、地域特有の課題等をお伺い致しました。

6月30日には、祢津保育園

建設工事の起工式を行いました。新園舎は、病児相談室や一時保育室を備え木のぬくもりが感じられる設計になっております。市の進める「1地区1保育園」構想の第一歩として、地域の皆様、卒園を迎える子どもさん方と一緒に来春の一日も早い竣工を楽しみにしたいと思います。

8月15日には、約270人の門出を祝う成人式が文化会館サンテラスホールで行なわれました。人生の節目を仲間と一緒に迎えた皆さんには、

恩師や同級生との再会を契機に、改めて生まれ育った故郷に誇りをもって貰えるようにしたいものです。

常に停滞と後退は許されぬ、市民生活に直結する自治体の首長に課せられた責務の重さと果たすべき役割の重要性を再認識し、真に自立したまちづくり、安定した市政運営を進めるべく、リーダーシップを発揮し、現下の情勢を見極め、最善の選択肢を求めて肅々と邁進してまいります。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

平成23年度採用の市職員 『作業療法士・社会福祉士』を募集します

平成23年4月から東御市民病院に勤務いただく作業療法士、社会福祉士を募集します。意欲あふれる皆さんの応募をお待ちしています。

1. 試験区分、採用予定人員及び受験資格

試験区分	採用予定人員	受験資格
作業療法士	1名	作業療法士の資格を有している者で、医療機関において実務経験を有する者
社会福祉士	1名	社会福祉士の資格を有している者で、医療機関において社会福祉士の業務に従事した経験を有する者

2. 申込方法

- 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
 - ・作業療法士または社会福祉士の資格証明書の写し
 - ・健康診断書
- ②申込用紙の請求
 - ・申込用紙は、市役所総務課総務係に直接請求するか、東御市のホームページからダウンロード（A4サイズ）の普通紙に印刷）して使用してください。

3. 受付期間

平成22年10月1日（金）から10月20日（水）まで（土、日曜日、祝日を除く）の午前8時30分から午後5時15分まで（郵送の場合は締切日の消印有効）

4. 試験の日時、場所

- (1) 第一次試験（職場適応性検査、小論文）
 - 試験日 平成22年11月7日（日）
 - 場所 東御市役所
- (2) 第二次試験（面接試験）
 - 試験日 平成22年12月初旬
 - 場所 東御市役所

なお、郵送で請求される場合は、封筒の表に「試験申込用紙請求」と朱書きし、返信用として長形3号の封筒に返信先、郵便番号を明記し80円切手を貼付したものを同封してください。

●問い合わせ先
総務課総務係
☎6415876

最優秀賞（個人の部）

おやま み
尾山けさ美さん（上八重原）



前面をカラフルな花を基調にまとめ、後ろに向けてボリュームのある花や宿根草などがバランス良く配置されており、多種多様な花々を楽しめます。また、その中心に遊歩道が設けられており、工夫された見事な庭園です。

最優秀賞（団体の部）

コトヒラ工業(株)（桜井）



全体を9個のブロックに分けて、夏の太陽や市松模様などをイメージし、それぞれ違った表情で構成された花壇となっています。今まで使ったことのない種類の花に挑戦するなど、毎年多くの人の目を楽しませてくれる美しい花壇です。

第7回

東御市

花いっぱいコンクール受賞作品

八重桜の会（常田）

国道18号線に常田区女性有志の皆さんが整備した花壇です。カラフルな花と丸く育ったほうき草が暖かみを生み出し、花壇の中に遊歩道も設置され、心が和む花壇となっています。



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植えられた花が2つの円を描き、それぞれテーマを持っています。傾斜地を利用しているために、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。

優 秀 賞

しもむら かずひこ
下村 和彦さん（大川）



家の敷地全体が、プランターや花壇等に植えられた花で囲まれています。芝生や木々の緑と美しく調和し、芝生やプランター、木々がバランス良く配置された、素晴らしい庭園です。

海善寺北区美化推進委員会（海善寺北区）

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7種をはじめ、様々な花のバランスを考えボリュームたっぷりに配置されています。サンラインを通るドライバーの目を楽しませています。



千曲ビューラインの花 (上八重原)

ピンクのかわいい花が印象的な、千曲ビューライン沿いの2つの花壇です。それぞれの花壇はバランスに配慮されており、華やかな表情をもった花壇となっています。



ほしあい 星合 のりこ 典子さん (海善寺)

様々な種類の花が、ボリューム感を出しつつセンス良く配置されており、特に白系の花が中心となって涼しさと彩りのあるお庭を演出しています。



入 賞

東御市警部交番 (常田)

今年度初参加の作品です。交番庁舎と花壇の調和が図られており、心が癒される花壇で、安全安心のまちづくりに花壇も一役買っています。



たなか とみよ 田中 富代さん (金井)

自宅玄関前に様々な種類のプランターが立体感を持って配置されており、赤と白の花々が華やかで、見ごたえのある作品になっています。



大石・花とおじさん (大石)



国道18号沿いの花壇に、花の色を上手に計算されて植えられています。特に日々草にボリュームがあって、ドライバーの目を引く花壇となっています。

みまきグリーンキーパー (宮)



今年初めての参加となります。去年まで雑草が繁っていた場所に、きれいな花壇を整備しました。マリーゴールドやケイトウなどが道路沿いを明るく飾っています。

参加奨励賞

大川区 (大川)



浅間サンライン沿いの花壇に、様々な種類の花をバランスよく植えてあり、中央の芝生と併せて、華やかな花壇が目を楽しませてくれます。

7回目を迎えた本年度のコンクールには、市内全域から20点の応募がありました。

審査は専門家など7名の皆さんにより厳正に行われ、13作品が各賞に輝きました。どの作品も創意工夫のある力作となっていました。

市内各地で咲き誇る花々は、私たちの目を楽しませ、生活に潤いをもたらしてくれています。

●問い合わせ先 建設課都市計画係 ☎64-5914

最優秀賞 (団体の部)

団体の作品の中で最も優秀な作品1点に贈られます。

最優秀賞 (個人の部)

個人の作品の中で最も優秀な作品1点に贈られます。

優秀賞

全作品中、優秀と認められた作品に贈られます。

入賞

全作品中、入賞と認められた作品に贈られます。

参加奨励賞

積極的に取り組み、努力された作品に贈られます。



▲審査のようす

まちづくりを目指して

現場で話をお聞きしました

東御市男女共同参画プラン推進委員会レポート

(福)みまき福祉会



▶老人ホームの昼食準備はユニット毎に、男女のスタッフが協力して行っています



▲熱心に職場のようすをお話しいただいた。左から、竹重常務理事、翠川施設長、西沢マネージャー、小山マネージャー

デイサービスの利用者は、落ち着いた雰囲気の中で支援を受けます



▼老人ホームは個室型。プライバシーや家庭的なケアに配慮されています



▶温泉アクティブセンターに多くの利用者が健康増進に励んでいます



東御市男女共同参画プラン推進委員会は、「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。
7月20日、市内にある介護と医療の現場を訪問し、お話を伺い施設見学をしました。

社会福祉法人みまき福祉会は地域の福祉・医療・保健の中核施設である「ケアポートみまき」を拠点に、特別養護老人ホームやデイサービスなどの福祉介護部門、温泉アクティブセンターでの健康教室など幅広い分野でサービス提供を行なっています。総職員数は154名で、うち男性33名(21・4%)、女性121名(78・6%)と女性が多い職場です。介護現場では職員定着率の低さが課

題とされていますが、ここは離職率が低く、安定した人材確保が図られています。仕事と仕事以外の切り替えが大切で、それが仕事に生かされてくると考え、限られた予算の中で福利厚生を充実させ、仕事を離れた活動に多くの職員が参加できるように努めています。また、地域と交流を深める活動にも積極的に取り組んでいます。スキルと労働意欲を高めてもらうため、資格手当を設けるなど

給与改善も行なっています。
老人ホームは個室型で個人の尊厳に配慮した介護を行い、少人数のグループ単位で入所者のケアを行なうユニット型で運営をしています。スタッフ配置もユニット毎にすることで、家庭的な雰囲気を入所者への支援ができ、スタッフの負担軽減にもつながっています。

介護現場では男性も女性も原則同じ仕事をしています。体の大きな入所者の介助場面では男性スタッフに助けを求めたりなど、男女の特性を生かし協力して仕事をしています。女性が多い職場ですが、女性スタッフの中に男性が入ることでクッションになり、よい刺激にもなっているというお話が聞きました。

訪問を終えて

- 福利厚生が行き届いているように感じます。きつい福祉の仕事もそういう支えがあればこそ長続きするのではと思いました。
- 女性、男性がそれぞれの立場や持ち場で役割を果たし、働きがいを持って仕事に当たっている姿が印象的でした。
- 職員の定着率が悪い業界にあつて、職場環境の向上に努力する経営姿勢に好感が持てました。



一人ひとりの個性が響き合う

介護・医療の

東御市民病院



◀ お話を伺った4名の看護師
左から、谷川さん、佐藤さん、
竹内さん、山崎さん

市民病院では、看護師51名のうち男性看護師は6名で、男性看護師の割合としては平均的とのこと。このうち、4名の男性看護師からお話を聞きしました。親戚の医療関係者や担任の先生の勧めなどをきっかけに看護の道に進みました。看護学校などで勉強し資格を取得し、現場での様々な経験を経て、今は看護のプロとして自信と情熱を持って仕事に取り組んでいる様子がお話の中から



▶ 明るい病室
◀ 病院内を見学



伝わってきました。女性が多い職場ですが、現場では男女差を意識することなく働いています。ただ、男性による看護が敬遠される場面があり、そんなときは患者の気持ちに沿うようにしています。検査機器など機械の取り扱いでは男性看護師が頼りにされることも多く、男女が互いに協力しあっている関係で仕事をしています。お話を聞いた4名のうち3名がご夫婦とも看護師



▲ ナースステーションでの業務打ち合わせ



▲ 加藤事務長から助産所の説明を受ける。食堂からは浅間山がきれいに見えました

で、家庭でもやはり協力し合って家事や育児をしています。同じ仕事ということでお互い理解し合え、悩み相談もできます。夜勤のある不規則な勤務なので、必然的に家にいる方が家事や育児をしますが、夜勤明けなど平日に休みがあるので、子どもと触れ合う時間はかえって多いくらいですとのこと。

今年4月にオープンした「助産所とうみ」は、木のぬくもりに包まれた施設で、入院から退院まで個室で過ごし、自然な出産を目指しています。何ヶ月も先まで予約が入っているそうなので、ここから元気な赤ちゃんがたくさん産まれることを願っています。

訪問を終えて

- 男性看護師が生き生きと誇りを
持つて働いている姿に感動しました。
- 夜勤や交代勤務という大変な勤務の中で、お互いを理解し尊重し、自分でできることは率先してやるといふ、夫婦で支えあっている姿が印象的でした。
- 助産所は自然分娩にふさわしく、静かで家庭的な雰囲気にあふれていました。多くの市民が活用してくれることを願います。

中学生ホームステイレポート 「オーストラリア編」



7月30日から8月9日までの11日間、中学生オーストラリアホームステイ事業が行われ、市内の中学2年生5名（東部中4名・北御牧中1名）が参加しました。滞在中は、ステイ先の子どもたちと一緒に学校へ登校し、英語の語学研修・スポーツ交流・折り紙のかぶと作りや、様々なことを通して現地の生徒たちと一緒に文化交流やオーストラリアの学校生活を体験しました。学校が休みの日には、ホストファミリーと共に家族の一員として過ごしました。

そんな中学生たちが、さまざまな経験をし、言葉の壁を乗り越えて伝えようとがんばって来た11日間の感想を聞きました。



うえまつ きょうこ
植松 響子さん
(東部中)

ホームステイに参加して

私は、“恥ずかしがらずに、自分からどんどん話しかける”を目標にこのホームステイに臨みました。初めは緊張して、自分の思いをうまく伝えられませんでした。ホストファミリーはいつも私の英語を最後まで聞いてくれたので、だんだんと自分から話しかけられるようになりました。貴重な経験ができて、本当によかったです。

学校での思い出



楽しかったホームステイ

オーストラリアに行く前は、楽しみな気持ちもありましたが、不安でいっぱいでした。しかし、実際にホストファミリーに会って生活をはじめると、とても親切にしてくれたので、とてもたのしかったです。現地の小学校の生徒たちもみんな明るく楽しかったです。私にとって、忘れられないことです。よい経験になりました。



やまうら さと
山浦 沙都さん
(東部中)

ホームステイを終えて

私は最初、ただ相手の質問に答えることしか出来ませんでした。しかし、自分の思いを伝えてみようと思い、おそろおそろでしたが話しかけてみました。ホストファミリーは笑顔で聞いてくれました。嬉しかったです。相手の言っていることが分からない時もあったけれど、行って良かったなと思いました。いいホームステイでした。



きたの いくほ
北野 育穂さん
(東部中)

ホームステイ事業日程

月 日	発着・滞在地	内 容
7月30日(金)	東御市発	成田空港からオーストラリアへ。
7月31日(土) ～ 8月1日(日)	ゴールドコースト着	ゴールドコースト市内観光、昼食。ホストファミリーと対面し、各家庭へ。ホームステイのスタートです！休日はファミリーと一緒に過ごす。
8月2日(月) ～ 6日(金)	ゴールドコーストに滞在(ホームステイ)	午前中は学校で英語の語学研修。午後は生徒とスポーツや折り紙をして文化交流。
8月7日(土)		フェアウェルパーティーで別れを惜しむ。
8月8日(日)	ゴールドコーストホテル泊	世界遺産スプリングブルック国立公園にてエコツアーへ参加。
8月9日(月)	ゴールドコースト発	数々の思い出を胸に東御市へ。



ホストファミリーと……



思い出の地 オーストラリア



こばやし ちなつ
小林 千夏さん
(北御牧中)

感謝

ホームステイに行く時は、とても不安でした。しかし、ホストファミリーに会って不安がなくなりました。ホストファミリーは私の下手な英語も根気強く聞いてくれました。そして、いつも優しく接してくれました。そんなホストファミリーに感謝です。

暖かさにふれた11日間

ホームステイの最初の日は「Yes」や「No」や「Thank you」しか言えませんでした。しかし、一緒に暮らしていると言葉が分からなくても、相手の言いたいことや感情が伝わってきました。今回体験したことを、これからの生活に役立てたいです。



やまこし みずき
山越 泉輝さん
(東部中)



引率者の声 異文化へのチャレンジ

生徒達は、ホームシックとはまったく無縁で言葉や文化の違いといった壁を乗り越えて、たくましく一週間のホームステイを経験しました。ファミリーで生徒自身が夕食作りにチャレンジして喜んでもらった体験。別れる時の涙。一人ひとりにとって本当に良い体験になったと思います。



みやした まさひこ
宮下 雅彦先生
(東部中)

中学生ホームステイリポート

「韓国編」

7月30日から8月3日までの5日間、無窮花会（小山博正会長）による中学生韓国ホームステイ事業が行われました。

このホームステイは今回が16回目となり、中学生4名が参加しました。一行はホームステイをする牙山市にある友好交流校の龍禾中学校で、現地の生徒たちと交流を深め、様々な体験をしました。また、ステイ先ではホストファミリーと楽しい時間を過ごし、食事など韓国の生活習慣を肌で感じてきました。ソウルでは景福宮・国立中央博物館・南大門市場などを見学しました。韓国の伝統と温かい人柄に触れた中学生4名のホームステイの感想を聞きました。



まい舞さん
（東部中）
からさわ唐沢

大好きになった、韓国

初めて会う方の家へ泊まるのはとまどいもありましたが、ホストファミリーの方々はとてもあたたかい人たちでした。韓国では、友達になるとプレゼントをあげるのが普通だそうです。私もたくさんさんのプレゼントをもらえてすごくうれしかったです。みなさんから頂いた物は、一生の宝物です。また、韓国の料理は辛い物が多かったですが、すごくおいしかったです。食べたことのないフルーツもあり、たくさん食べてしまいました。

韓国ホームステイの

思い出

韓国とはどのような国なのか、韓国の文化に触れてみたい、韓国の人と友達になりたいと思ひ応募しました。国立扶餘博物館では百済金銅大香炉を見学しました。これは、百済人が香を焚くのに用いたもので、蓋の12個の穴から香の煙が出るようになっていて、とても綺麗でした。最後の夕食の時は、ホストファミリーのみんで焼き肉を食べました。とてもおいしかったです。ホームステイをさせてくれた家族、会の皆さんなどにとても感謝しています。



むねひろ宗さん
（東部中）
ふじさわ藤澤



引率者の声



シン申
チャン章
ホ浩さん
（東部中）

韓国ホームステイに参加して

学生達を案内していく中で少し心配な事もありましたが、歓迎会で大勢の方々の温かい一言ひとことに安堵感をおぼえました。今回の日程は、様々な方面で韓国文化が日本文化に影響を与えた歴史が分かる資料館が中心でした。百済文化の中心地だった扶余・公州等の色々な博物館と展示品を見学した学生達は大きな関心をもち、とても重要な時間をもてたと思います。お互いの文化と生活様式等を知り、体験することは両国の立場を理解して、今後厚い友好関係をもつ為の重要な機会だと実感しました。

龍禾中学校で伝統の
うちわ作りに挑戦



▲2001年無窮花会で植樹した桜通りの記念碑の前で



▲ホストファミリーとのお別れ「また会おうね」

滞在できたのは、両国の皆さんの支えがあったからです。またいつか交流したいです。

韓国で言葉は通じるかな、韓国の友達とも仲良くできるのかなと不安でいっぱいでした。しかし、韓国の中学生もホストファミリーの皆さんも、私たちを心から歓迎してくれて、とてもうれしかったです。韓国では食器を持ち上げて食べてはいけない習慣で、つい持ち上げてしまいそうになりながら「国によって習慣が違うんだな」と実感しました。5日間滞在できたのは、両国の皆さんの支えがあったからです。またいつか交流したいです。

最高のホームステイ



ちゅうじょう らいか
中條 来香さん
(東部中)

ホームステイを終えて

「韓国の文化や韓国語を学びたい」と目標をもって、ホームステイに臨みました。学校見学で韓国の友達、初対面なのにいっぱい話しかけてくれてうれしかったです。その反面、何と返していいか分からなくてとまどいました。汁物にはスプーンを使い、左手は使わない食事やコマやメノコに似ている遊びを体験し、韓国の文化に触れることができました。韓国のみなんと過ごした時間は楽しかったです。本当にありがとう。



はっとり けんじ
服部 健志さん
(東部中)

牙山市

人口24万人。韓国の中西部に位置し、首都ソウル近くの拠点都市。百濟時代からの長い歴史を持ち、東御市と共通する米やくるみ、巨峰の産地として知られている。



人情を感じて



さかまき あるた
酒巻 主太先生
(東部中)

韓国ではお客様をととても大事にするのだそうです。それだけではなく、私が分からない言葉を一生懸命に使ってコミュニケーションを取ろうとしているので、それに答えなければいけないという気持ちが出てきたと言います。まるで人情映画の台詞と、思うくらいです。それが韓国人の考え方も教えてくれました。人との関わりが希薄になってきた日本社会において、このような感覚は、懐かしく、羨ましい思いをしました。その証拠が、生徒とホストファミリーのお母さんが別れで見せた涙でした。

無窮花会の活動

岡部憲一さん(田中)が開いた「美しい韓国写真展」をきっかけに昭和52年発足し、韓国との交流を開始。昭和61年に牙山市温陽温泉ライオンズクラブと姉妹提携。以来、相互訪問(ホームステイ)事業を行い、102名の生徒が韓国を訪問、70名の受け入れを行っている。

※会の名称『無窮花』は韓国の国花



すくすく育つとうみっ子!!

誕生日おめでとう! (10月生まれ)



きたむら ゆな
北村 優奈ちゃん(金井)
(1歳、H21. 10. 2生)

優奈ちゃん♥お誕生日おめでとう♥毎日成長していく姿を見るのが楽しみで仕方がないです。元気いっぱいの優しい人になってね♥



しみず きいち
清水 樹一くん(東上田)
(1歳、H21. 10. 6生)

「キーチってなんてかわいいんでしょう」(by姉・藤子)
愛情をパワーにして、今日もまたちょっと大きくなろうね。



さいとう しおん
齋藤 士生音くん(睦)
(1歳、H21. 10. 14生)

士生音♥1歳のお誕生日おめでとう♥小学生のお兄ちゃんとお姉ちゃんのおもちやになっちゃってるけど、たくましく元気に育ってね!



かなまる いぶき
金丸 勇吹くん(乙女平)
(1歳、H21. 10. 15生)

いぶくん、1才おめでとう。パパもママもお兄ちゃんも、いぶきの笑顔が大好きだよ♥元気に大きくなってね。



おおた ももか
太田 百香ちゃん(片羽)
(1歳、H21. 10. 27生)

もこちゃん1才のお誕生日おめでとう。かわいい笑顔にパパもママもお兄ちゃんもメロメロです。兄妹仲よく大きくなあれ♥



さとう かな
佐藤 菜奈ちゃん(大石)
(1歳、H21. 10. 31生)

近頃、お兄ちゃんに似て、やんちゃになってきた菜奈ちゃん。兄妹仲良く遊ぶ日が待ち遠しいよ! 1歳おめでとう!!



きつぎ はく
木次 八琥くん(右)(乙女平)
(3歳、H19. 10. 22生)

きゆうや 赳乎くん(左)
(1歳、H21. 10. 2生)
2人ともお誕生日おめでとう
☆男の子3人兄弟!!たくましく、元気に仲良く大きくなって行って下さい♥



きうち あかね
木内 紅音ちゃん(王子平)
(1歳、H21. 10. 14生)

あーちゃん♥お誕生日おめでとう! いっぱいイタズラできるね! これからも元気にすくすく大きくなってね♥



やまうら ゆうだい
山浦 侑大くん(乙女平)
(1歳、H21. 10. 14生)

侑大の手も足もびっくりするくらい力強くて、将来が楽しみだよ。生まれてきてくれて感謝!! 1歳のお誕生日おめでとう☆



ばば おうみ
馬場 桜美ちゃん(大川)
(1歳、H21. 10. 24生)

おうちゃん♥初めての誕生日おめでとう♥いつもおうちゃんの笑顔で元になれるよ♥これからも、可愛い笑顔で優しい女の子になってね♥



かない けいと
金井 啓斗くん(柗津南)
(1歳、H21. 10. 28生)

啓ちゃん1歳おめでとう♥色々な事ができるようになって、にいにとも遊べるようになってすごいネ~♥どんな男の子になるのかな? すくすく大きくなあれ!!



わかばし えいと
若林 瑛仁くん(本海野)
(2歳、H20. 10. 1生)

えいちゃん♥お誕生日おめでとう! いつも元気に走り回って、パワー全開! 2才も一緒に楽しもうね!!



せとやま すずか
瀬戸山 涼香ちゃん(赤岩)
(2歳、H20. 10. 2生)

すずちゃん、お誕生日おめでとう!! お姉ちゃんママが大好きで、いつもお姉ちゃんのマネをしているね♥よく笑うすずちゃんがみんな大好きだよ♥いつまでも、仲よし姉妹でいてね♥



まるやま りゅうと
丸山 琉斗くん(西田沢)
(2歳、H20. 10. 10生)

琉斗、誕生日おめでとう♥毎日、いろいろな事が出来るようになって、ビックリの連続です。2才も元気にいこう!



こばやし みゆ
小林 実夢ちゃん(右)(御牧原南部)
祐夢くん(左)
(3歳、H19. 10. 11生)

実夢・祐夢3才おめでとう♥来年には、お姉ちゃんお兄ちゃんになる2人を見るのが楽しみです。今のまま、元気で優しい子に育って行ってね。



よしいけ みつき
吉池 美月ちゃん(県)
(3歳、H19. 10. 28生)

お誕生日おめでとう!! 美月の元気なたやダンスは、みんなを幸せにしてくれます。これからも、のびのびすくすく大きくなってね!!



まつざわ りく
松沢 璃空くん(海善寺)
(2歳、H20. 10. 8生)

りくちゃんお誕生日おめでとう。いつもお兄ちゃんやお姉ちゃんの後をついてあそんでいるネ♥元気ですくすく大きくなってね♥



あおき いちや
青木 壱優くん(海善寺)
(2歳、H20. 10. 16生)

壱優2歳のお誕生日おめでとう♥いたずら大好きやんちゃ坊主で目が離せない毎日ですが、元気いっぱい壱優に感謝しています。これからも健康で大きくなあれ!!



さくらい みきや
桜井 幹也くん(曾根)
(3歳、H19. 10. 24生)

もう3歳になったんだね! お兄ちゃんになって、たくましくなったけど人一倍甘えん坊だよ♥ピンクの服を拒否するけど、もう少し着てね♥トミカ大好き♥ぶどう大好き♥のみきやでした。

☆募集しまあ!!☆

(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12日(火)必着。

●作り方

①大根はすりおろして、ザルに取り、水気を軽く切ってAを

●材料 (6人分)

リンゴ	150g
柿	150g
大根	450g
酢	大さじ2
砂糖	大さじ1と1/2
塩	小さじ1/2
薄口しょう油	少々

②リンゴと柿の皮をむき、さいの目に切って、①をあえる。

③リンゴの皮の赤い部分をせん切りにして天盛りにする。

置き引きに注意

市内では、ゲートボール場でプレー中や農作業中などに置き引きの被害が発生しています。次の点に心掛けましょう。

○貴重品は、肌身離さず持っている

○貴重品と所有者が一定の距離を離れるとブザーが鳴る、防犯グッズが有効です

○貴重品を持ってられない場合は

防犯のどくちメモ

東御交番原所長より耳学門

- ・ロッカーを利用する
- ・信頼のおける人に貴重品であることを伝え、一時的に保管の依頼をする
- ・車のトランクなど車外から見えない場所に入れ、カギを確実にかける
- ・などに留意しましょう。
- ・日ごろから、貴重品は他の雑貨物と一緒にせず、貴重品として丁寧に単独扱いをしてください。

東御市警部交番
生活環境係
☎6210104
☎6415896

元気発信！子育て支援センターの話題

子育て支援センターは、就園前乳幼児を対象に、運動や絵画などの行事を開催して、市内外の大勢のお子さんとその保護者の皆さんにご利用頂いています。

今年新たに1歳のお子さんと保護者の集いの場「さくらんぼクラブ」と、心と体の健康の相談「すくすく相談日」を始めました。

「さくらんぼクラブ」では、毎月お誕生祝いや親子の触れあいゲームをするなどして、子育ての充実感を味わってもらっています。また、「すくすく相談日」は、相談しやすいくつう気作りに努めながら、健康相談を中心に子育てに関する様々な悩みを受け止め、



▲親子で楽しむボールあそび



▲みんな絵本に夢中

きめ細やかな対応を行っています。

このところ、市内各地区で独自に行われている子育てサークルやボランティアの皆さんとの繋がりも深まり、活動支援や様々な行事での連携などで盛り上がりを見せています。

幼児期の様々な経験が大人になった時、物事の判断基準や人間関係の構築基準に繋がりますので、この時期の関わりを、地域の皆さんと連携しながら、大切に行きたいと思います。木製手作りおもちゃなど、安心して楽しく遊べるコーナー充実の子育て支援センターへ、ぜひお出かけください。

学校だより



称津方言カルタ作り

称津小学校五年
塩谷 季也

称津地区活性化委員のみなさんと、称津方言カルタを作りました。初めは、方言を聞いても、よく分かりませんでした。が、活性化委員の先生方に意味を教えてくださいました。

た。絵は柏原美香さんに、ほかたちがお願いした通りにいろんな表情をした動物を描いていただきました。

活性化委員の先生に、そのカルタを製品化していただくと聞いて、みんなで大喜びでした。八月二十三日の夜には、称津公民館で、地域の方々に協力していただき、カルタの箱作りをしました。たくさんの方に集まっていたので、八百個の箱がすぐにできあがりました。三十日には全校のみんなで、字札や絵札を一組ずつにするために札拾いをしました。地域の方々や全校の



みんなに協力していただき、カルタを製品化することができました。さっそく、一年生とカルタとりをしました。

響け！東中サウンド

東部中学校三年
深井 真央

私達三年生にとつては、最後のマーチングコンテストに向けて練習が始まっています。先輩たちが、全国大会まであと一步のところ悔し涙を流していた、そんな姿を私達三年生は、昨年も一昨年も傍らで見えてきました。先輩たちの伝統と実績を継続突破すること、私達の目標は大きく全国大会出場です。

十月には県・東海大会があるので部員全員で、日々一生懸命練習しています。足の上

げ方、ターンの仕方など、最初は部員の呼吸がそろわずに悪戦苦闘の毎日でした。部員一人ひとりが意識を高めることにより、声が出てきて、列がそろい、だんだん一体感を感じるようになってきました。また、コンテストでは、キレのある動きも大切ですが、音もとても大切な要素です。今年の曲は迫力のある曲とメロディーの美しい曲を選択したので、雰囲気を変えて、楽しんで演奏したいと思っています。これからも目標に向かって、みんなが一つになれる努力を続けていきたいと思っています。

また、忘れてはならないこと、それは今私達がマーチングで出来るのは、いつも校庭や体育館を使わせてくれる運動部の皆さんや、保護者の方々、顧問の先生はじめ諸先生方、地域の方々、そしてマーチングを受け継ぎ、教えて下さった先輩方のおかげだということです。大会で結果を出すことも大切ですが、陰で支えてくださる方々に感謝の気持ちを感じずには、見ている人に感動を与えられるような、演奏・演技をしたいと思っています。大会では東中サウンドを響かせます!!

食による地域づくり

とうみ食育の里 ⑱

現代の暮らしと伝統食・行事食



昨春に発足した食育市民ネットワークの中に、地域で採れるものや旬のものを使って昔から作られてきたを伝えていこうと活動しているグループがあります。

今回は、このグループが実際に活動した様子を「食育市民ネットワーク」の会長である小林妙子さんより紹介してもらいます。

伝統食や行事食の掘り起こしとして、実際に作って販売している海野宿へ出かけて行きました。くるみのおはぎやそばすいとん、それに「じやがいものかみなり」なるものを食べさせていただきました。仲間と「おいしいね。お膳にするとう品だね。海野宿に合っているね」などと話しながら頂きました。お店の人から「くるみを集めることが大変。



▼「くるみおはぎ」のお膳



▲そば打ち実習の様子

私事ですが、くるみのおはぎは姑が上手で、中学生だった娘は友達まで連れてきて、自慢げに食べさせるほどでした。私は、修行が足りずバアちゃんになった末だにその味が出せません。

続いては、そば作り実習の話です。実は会員の中には、

畑でそばを栽培し、石臼でそば粉を引き、そば打ちの道具まで自作しているメンバーがいます。実際にその木製の道具を使って作り方を教えて頂きました。ここでは、玉ねぎ・人参・桜えびのかき揚げを揚げて試食しました。そばの風味が引き立ち、皆で感激しながら舌鼓を打ちました。

さてさて、伝統行事と食べ物、供え物は深いつながりがあります。ただ単に調理などの技術の伝達に偏ることなく、豊かな自然や風土の中で自然発生的に生まれた暮らしに根付いた「食文化」について、「収穫の秋」「食欲の秋」と食



▲旬の食材、季節や行事にまつわる食事について話し合う

に関わりの大きいこの季節に深く考えてみませんか。そして、じっくりと何かを作ってみてはどうでしょう。

会では、とうみ（故郷）の食で元気な心とからだ、豊かな人間性を育むことをテーマに活動しています。伝統食や行事食を現代の食卓に見合うアレンジをしたり、現代の食生活に生活習慣病予防などを考え昔の食事を取り入れてみたりと、市民の皆さんに様々な提案をしていきたいと考えています。会への入会はいつでも大歓迎です。懐かしく楽しい食事、豊かな食生活について一緒に考えませんか。

食育市民ネットワークへの入会は、随時受け付けています。興味のある方は、お気軽にお問い合わせください。活動の見学も出来ます。

【事務局】

健康保健課保健係
☎ 64-8882



シリーズ⑥

地球にやさしい まちづくり

今回は、自動車から排出される温室効果ガス削減に向けて、環境にやさしい「エコカー」を紹介します。

■エコカーとは

現在主流であるガソリン車の排気ガスに含まれる、ちつ素酸化物やイオウ酸化物などは大気を汚し酸性雨などの原因となり、二酸化炭素は地球の温暖化を進めています。そこで、環境にやさしい車としてエコカーが登場しました。

エコカーは二酸化炭素などの排出量が少なく、燃費のうえでも優れた自動車です。エンジンとモーターの両方を動力源とするハイブリッド車やエンジンを使わない電気自動車と燃料電池車、エンジンの環境性能を向上させた低公害型ディーゼル車などがあります。

■ハイブリッド車

各メーカーではガソリンに代わり、電気モーターや水素燃料などエコ性能に優れた動力を使った様々なエコカーの開発に力を注いでいます。しかし、価格が非常に高く、燃料供給できる場所も少ないため、普及には至っていません。このような現実の中、普及しているのが「ハイブリッド車」です。ガソリンエンジンと電気モーターを組み合わせたシステムで動く自動車で、走行中に自らが発電した電力を動力にするモーターを併用することでガソリンエンジンの負担を軽減し、省エネルギー、排出ガス削減につながっています。

運転者の声

実際にハイブリッド車を運転されている皆さんをご紹介します。

◆やさしい運転に変わりました！

玉木光子さん（西宮）

玉木さんは、燃費が良く環境にもやさしい車にしようと考え、ハイブリッド車を購入しました。購入時の初期投資は大きいのですが、燃費は街なかの走りで1リットルあたり25km、高速道路では28kmも走ります。またエコメーターがついていて、よまエコ運転を心がけるようになりました。さらに、走行音が静かなため、



運転の仕方もよりやさしい運転に変わったそうです。

この車をとってもいい買い物だったと語る玉木さんは、グリーンカーテ、段ボール生ごみ処理などにも取り組まれており、自分でできることは実践し、少しでも環境保全につながればと話されていました。

◆地球環境に貢献する会社です！

上田第三木材協同組合
（上川原工業団地）

会社の方針として、なるべく石油系のもので使わず、自然のものをしようという環境に配慮した取り組みの一環として、ハイブリッド車を発売と同時に社用車として導入し、現在は2台目を使っています。音が静かで最初は物足りないように感じましたが、故障もなく燃費は1リットルあたり20km以上のためガソリン代は従来の3分の1となり、大きな経費

削減になっているそうです。
また、本社は間伐材を利用した木造社屋のため午前中はクーラーを入れなくても木が呼吸しているのごしやすく、冬は薪ストーブ一台で全館暖房をしているそうです。そのほかに、廃棄する木材チップを燃料にして木材の乾燥をするなど、地球環境に貢献していることがうかがえました。



■誰もがすぐに出来る！

エコドライブ

車を離れるわずかな時間、信号待ちのときにエンジンを切る「アイドリングストップ」は、環境に優しく省エネになります。また、一定速度で走る、急発進や急停止をしないことも環境汚染の防止につながります。

●問い合わせ先

市民課生活環境係 ☎64-5896

第7回 東御市水泳大会結果

8月28日、第7回東御市水泳大会が市民プールで行われました。参加した皆さんの力強い泳ぎに大きな水しぶきが上がっていました。各種目の優勝者次の通りです。
(記録太字は大会新記録)



種目名	氏名	学校等	記録
中学生男子100M自由形	原田慎太郎さん	東部中	59秒14
中学生女子100M自由形	原田 彩音さん	東部中	1分03秒77
一般男子A50M自由形(～39歳)	美齋津拓秀さん	アクティブセンター	26秒01
一般男子B50M自由形(40歳～)	横井 潤二さん	アクティブセンター	33秒95
小学生5年男子50M自由形	木内 直哉さん	和 小	42秒23
小学生5年女子50M自由形	武田 梓さん	田中小	42秒91
小学生6年男子50M自由形	橋原 涼さん	祢津小	36秒41
小学生6年女子50M自由形	後藤 結花さん	祢津小	34秒96
小学生5年男子50M平泳ぎ	上田 和希さん	滋野小	56秒60
小学生5年女子50M平泳ぎ	宮崎 香那さん	田中小	59秒19
小学生6年男子50M平泳ぎ	橋原 涼さん	祢津小	45秒01
小学生6年女子50M平泳ぎ	後藤 結花さん	祢津小	47秒84
一般男子A50M平泳ぎ(～39歳)	高橋 順一さん	アクティブセンター	41秒60
一般男子B50M平泳ぎ(40歳～)	横井 潤二さん	アクティブセンター	44秒07
中学生男子100M平泳ぎ	原田慎太郎さん	東部中	1分14秒49
中学生女子100M平泳ぎ	原田 彩音さん	東部中	1分22秒32

小学生5年男子200Mリレー	北御牧小	3分29秒74	青木 来衣さん	井出 陸斗さん	瀧澤 壮大さん	山浦 大知さん
小学生5年女子200Mリレー	祢津小	3分57秒93	齋藤 千夏さん	塩川 舞翔さん	吉澤あすかさん	小林 永実さん
小学生6年男子200Mリレー	和 小	3分04秒94	富岡 竜平さん	小田中 豊さん	星山 烈哉さん	木内 直哉さん
小学生6年女子200Mリレー	北御牧小	3分09秒45	岩下香菜子さん	大塚 由香さん	小林 操奈さん	小宮山更紗さん
中学・一般200Mリレー	アクティブセンター	2分12秒39	美齋津拓秀さん	伊藤宗一郎さん	横井 潤二さん	小林 義春さん

第7回 東御市市民ゴルフ大会結果

8月29日、30日、第7回東御市市民ゴルフ大会が上田グランヴィリオゴルフ倶楽部で行われ、295名が参加しました。30日のプレー後には表彰式が行われ、参加者が健闘をたたえあい、親睦を深めていました。

《総合》(新ペリア方式)

○Aクラス(グロス ～91)

順位	氏名	グロス	ハンディキャップ	ネット
優勝	神村 学さん	88	19.2	68.8
準優勝	田中 和弘さん	87	18.0	69.0
3位	荻原 和幸さん	84	14.4	69.6

○Bクラス(グロス92～101)

順位	氏名	グロス	ハンディキャップ	ネット
優勝	五十嵐隆暁さん	93	22.8	70.2
準優勝	上原二三男さん	93	22.8	70.2
3位	出沢 岳人さん	99	28.8	70.2

○Cクラス(グロス102～)

順位	氏名	グロス	ハンディキャップ	ネット
優勝	北澤 利男さん	102	30.0	72.0
準優勝	岩下 学さん	103	30.0	73.0
3位	佐野 浩伸さん	103	30.0	73.0

《シニアの部》

優勝 中田 文隆さん (グロス 77 / ハンデ 7.2 / ネット 69.8)

《レディースの部》

優勝 原田 茂子さん (グロス 76 / ハンデ 6.0 / ネット 70.0)

《ベストグロス賞》

小林 隆男さん 74



皆さん応援ありがとうございました。結果は2回戦で負けましたが、来年の大阪にむけて、気持ちを切りかえてがんばりますので、これからもよろしくおねがいします。本当にありがとうございました。

8月22日、札幌市の北海道立総合体育センターで行われた「第7回全国小学生学年別柔道大会」へ長野県を代表して参加し、強豪相手に健闘した荻原杏慈さん(滋野小5年・東部柔道教室)からメッセージが届きましたので、ご紹介します。

荻原杏慈さん
柔道全国大会に出場

「応援ありがとうございました」
「ございました」

図書館へ行こう!

東御市立図書館 電話 64-5886

10月のテーマブックス

【よい絵本】

全国学校図書館協議会より、「第25回よい絵本」が刊行されました。たくさん出版されている絵本の中から、これぞ、という絵本を紹介しています。

・第25回 よい絵本

社団法人全国学校図書館協議会

絵本委員会…編



・図書館には、ここに上げられる本たちも蔵書してありますので、お気軽にお問合わせください。



図書館だより

図書の特整理期間に

ご協力ください

今月4日から8日まで、図書の蔵書点検のための特別整理期間を設けます。館内の図書を1冊1冊点検し、不明本がないか、正しい位置にあるかなどを確認します。

期間中は休館となるため、図書の貸出しや予約ができません。返却は、玄関前の「返却ボックス」をご利用ください。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。なお、上田地域図書館情報ネットワーク構成館(エコール)は通常通り開館していますので、この機会に出掛けてみてください。

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	
	← 特別整理期間 →						
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	
24	25	26	27	28	29	30	
31							

図書館発

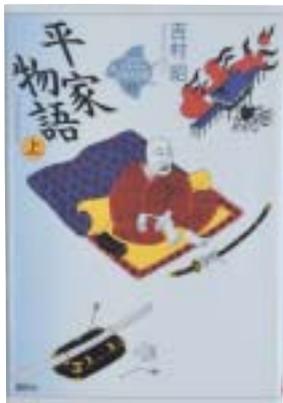
今月のオススメ本

21世紀版少年少女文学館

(全25巻・講談社)より

● 11巻 平家物語 上

吉村 昭 著



● 14巻 太平記

平岩 弓枝 著



◆新着本案内◆

◆一般書

- 子どもをふつうに育てたい …… 長山 康生・著
- うまつ！食べるラー油 …… 五十嵐 美幸・著
- 身近な素材でつくる10分レシピ …… 角田 光代・著
- ひそやかな花園 …… 南木 佳士・著
- 先生のおさがお …… 諸田 玲子・著
- 炎天の雪 上・下 …… 清 作

◆児童書

- すいはんきのあきやすみ …… 村上 しいこ・著
- さすらいの猫 ノアの伝説 …… 重松 清・著
- 市立第2中学校2年C組 …… 10月19日 月曜日
- …… 椰月 美智子・著
- カエルもヒキガエルもうたえる …… アーノルド・ローベル・著
- …… いなばのしろうさぎ …… いもと ようこ・著

◆行事予定◆

- くまの子による
- 10月のおはなし子ども会 …… 10月16日(土) 午前10時30分
- 日時 …… 市立図書館2階 読書会室
- 場所 …… 内容・テーマ「何ができるかな」
- 絵本 「なにをたべてきたの？」
- …… 「さつまのおいも」他
- エプロンシアター「ねんころりん」
- 紙芝居「こんびゅうたらう」
- 10月15日(金)は、おはなし会があります
- (※第2金曜日が特別整理日にあたるため変更になります)
- 場所・時間 …… 午前10時30分
- 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>

こみっくシリーズ

第16話 花束より料理？

男女共同参画プラン推進委員会



今、若い男性たちでも気楽に参加できる料理教室が増加しています！



▲水バケツリレー

今年のモデル地区となった八重原グラウンドには、上八重原区・田楽平区・中八重原区・山崎区・下八重原西部区・下八重原東部区・芸術むら区・白樺区・羽毛山区・牧ヶ原区の10区の皆さんが避難しました。その後、消防署員と消防

地震や豪雨、全国各地で発生する自然災害に備えるため、9月5日に市内全域で地震総合防災訓練が行われ、各区住民をはじめ、消防団、日赤奉仕団、交通安全協会、市内企業などから約4、400人が参加しました。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出た想定で行われ、避難訓練や初期消火訓練などが行われました。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、各区や関係機関との情報伝達や避難誘導などの流れを確認しました。

有事に備え訓練に取り組む 「地震総合防災訓練」



▲信州佐久ドクターヘリも訓練に参加

団員が協力して行った負傷者救出訓練を見学、消火器や水バケツでの初期消火訓練、土のう作りを体験しました。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。



▲記念碑を囲み記念撮影

東部中学校創立50周年記念事業の一環として、創立50周年記念実行委員会により記念碑が建立され、9月10日に関係者が集まり記念碑除幕式が行われました。記念碑は、正門から正面玄関へ行く途中、皆の目に留まる場所に建てられ、校訓の「一以貫之（いつをもつてこれをつらぬく）」が彫られています。除幕式では、実行委員長の若林弘樹さん（中屋敷）が「二年越しで進めてきたことが形になってきている。子どもたち

東部中学校創立50周年を節目に記念碑を建立



▲建立された記念碑

中には、校訓を人生の指針にしてもらいたい」とあいさつし、滝澤宏行校長は「創建当時の地域の先輩たちの思いを大切に、節目を迎えますます発展させていきたい」と抱負を話していました。今後の記念事業として、学芸発表会に併せて記念式典を開催し、式典までを掲載した「記念誌」の発行が予定されています。記念誌は、平成12年からの卒業写真や学校の様子をまとめ、一般向けにも販売されます。詳しくは、10月18日発行のお知らせ版をご覧ください。

心の眼

認知症の姉

認知症ケアに
理解を深める

(77)

人権同和教育指導委員

白石

幸男



東京に住む姉が、「認知症」と診断されて3年余。2人の息子夫婦に世話になりながら介護施設に入居している。行動障がい無く、自分のことは全て自分で出来るが、知的能力の低下が激しく、近々のことを全て忘れ去っていることが多い。

「暑っついねー。毎日、何してる？」30分前に電話があったばかりなのに…。「さっきも電話くれたけど、立て続けに何の用事だい？」「私、さっき電話したっけか？バカになっちまって困るわい？」

1日に5回も6回も電話を掛けてくることもある。何回も電話が掛かってくると、不快感むき出しに語気を荒げて対応してしまう。高齢で、認知症である姉の「人権」を無視して対応している。横で妻が、「そんなこと言っちゃって、お姉さんには通じないよ！」と…。妻の言う通りであるが、理想的対応ができない。私の

『消費生活ガイド』 パソコンや携帯電話による トラブルに注意しましょう!!

身に覚えのない
メールへの対処

懸賞・占い・着うた・ゲーム・様々なダウンロードサイトなどへアクセスし、アドレスの登録をしている場合に、別のサイトから身に覚えのないメールが送られてくること
があります。アドレスを収集することを目的で作られたサイトなどもありますので、アドレスを悪用されないよう、登録する際には十分ご注意ください。

● 必要のないメールや、サイト運営者の素性が分からない場合は、安易に開封しないでください。

● サイトに関する情報を検索し、悪い評判があるなど怪しいと感じた場合はアドレスを登録しないでください。

● 「3分以内にメールをさせる」、「突然カードなどを揃えさせる」、「相談に乗る」などの指示にも安易に応じな

いようにしてください。出会い系サイトへの接続が心配されます。

サイトを利用すると、使用料のほかポイント購入費について請求される場合があります。架空の請求である例もたくさん報告されています。

ワンクリック詐欺にご用心!

無料と思っていたサイトの確認画面には、小さく有料であることが記されている場合があります。「はい」「いいえ」、「OK」「Cancel」ボタンの表示画面では、規約の内容をよく理解し判断しましょう。

● 相談・問い合わせ先
上田消費生活センター
☎ 27-18517
市民課生活環境係
☎ 64-5896

「かんとんに
お金を稼ぐ」
そんな誘いには
疑いを!

この世の中、労せずしてお金稼ぎはできません。高額な講座や商品の契約をさせることを目的に、街頭などのアルバイトの誘いやアンケートへの協力、また、1日でできる仕事の案内、懸賞当選の通知、名義貸しなどの被害が報告されています。

「たった1日で〇〇万円も儲かる!」「カンタンな仕事で稼げる!」そんな話が有り得ないと思っても、全国的に被害を受けている人がたくさんいるのです。十分な注意が必要です。

注意!!

毎月15万円
振り込まれる
今がチャンス!!

ネットの儲かろ
稼げろ!!

こんごうちは保健師です

食事の時間を意識しましょう

「食欲の秋」、食欲が増し、体重増加が心配と感ずる方も多いのではないのでしょうか？過度の体重増加防止のためには、食事量に注意し、運動を心がけることに加え、食事時間に気をつけることも有効とされています。今回は、体のリズムに合った食事量について紹介します。

①朝食・昼食をしっかりと食べる

体重増加防止のためには、夕食を多く摂りすぎないことがポイントです。単に夕食を抑えるのではなく、朝、昼食をしっかり食べることが大切です。朝食欲がない方は、牛乳や果物など、とにかく何かを口に入れることを心がけてください。また、昼食はおにぎりなどの炭水化物のみではなく、サラダや脂肪分のあるおかずなどをプラスし、腹持ちのいい食事を意識してみましよう。

②間食を上手にする

夕方、消化・吸収機能が1日のピークを迎えます。夕方強い空腹を感じるのもこのためです。午後7時頃に夕食を摂るのが理想ですが、働いている人にとっては、難しいことが多いと思います。空腹を感じても、夕食まで我慢してしまうことも多いのではないのでしょうか。我慢せずに、少量(目安は200kcal)でも、腹持ちのいいものを間食することで、夕食の量を抑えることができます。帰宅が遅くなりそうな時には、食べ物を用意しておくのがおすすめです。

③夜食は食べ過ぎない

午後9時以降は、心身の活動が低下します。夜に食べ過ぎてしまうと、余ったカロリーを消費しきれずに脂肪として体に蓄積されやすくなります。そればかりでなく、寝て



稲葉 久美子 保健師

いても体がカロリーを消費しようとして活動するため、熟睡出来にくくなり、満腹感を翌朝まで持ち越し、朝食の欠食につながります。もし、午後9時以降夕食をとる場合は、野菜中心、脂肪分の少ないものなど、軽くすませることに心がけましょう。

④食べ過ぎてしまった場合は…

「夜の食べ過ぎを減らす」と言っても付き合いや、たまには気にせず食べた時もありません。そんな時は、その前後合わせて3日間は普段以上に食事に気を配り、帳尻を合わせるようにすればOKです。我慢のしすぎもストレスにつながります。

体のリズムに合った食事量を心がけ、食欲の秋を楽しく送れるといいですね。

shin-taiの「なまひん耳もつな話」
身体教育医学研究所 主任 朴 相俊 (29)

やさしい気持ちで向き合える

「コミュニティの重要性」

〜韓国芸能人の自殺から考えること〜

2010年8月30日のブラ

ジルの有力日刊紙では、韓国の自殺率はブラジルの殺人率より高いと報告した。この新聞は、去年の韓国の自殺者が14,579人で、これは人口10万人当たり30人が自殺したのと同様で、ブラジルの25・2人を大きく超えたと伝えた。また、日本の人口10万人当たり26人の自殺者数よりも多いと示しながら、従来自殺率が高いと言われている日本より韓国が深刻だと記事をとまとめた。

ラマ「冬のソナタ」に出演していた「パク ヨンハ」さんの自殺問題はアメリカのBBCをはじめ、中国、日本などの各国のメディアが取り上げられた。

自殺の原因はとても複雑なものであるが、最近の韓国ではその中でもインターネットによる影響に注目している。2008年に亡くなった女優「チェ・ジンシル」さんの自殺問題についても、ネット上の悪質な書き込みがこの自殺に大きい影響を与えたと認め、関係者2人を逮捕した。

同時にネット上での書き込みについて法的に規制する「チェ・ジンシル法」が作られた。

今日、多数のネット社会では仮名であることを利用し、

根拠のない「批判性書込み」が多くみられる。その副作用はとても深刻なもので、今後これについての教育啓発が必要不可欠な要素であると強く感じている。やさしい気持ちで向き合える、ネット社会も含めたまちづくりのために。

税のワンポイントアドバイス

固定資産の所有権移転をしました。 どうなるの？ どうするの？

問 私は、今年の4月15日に売買契約し土地を購入、所有権移転登記も5月15日に済ませました。今年の固定資産税はどうなるのでしょうか。

答 本年度の固定資産税は、平成22年1月1日現在において、登記簿に所有者として登記されている方に課税されますので、あなたが購入した土地の固定資産税の納付は、平成23年度分の固定資産税からとなります。

問 私は、家屋を昨年売却し、所有権移転登記を昨年に済ませましたが、今年になっても課税されている家屋があるのはなぜでしょうか。

答 家屋が所有権移転登記された場合、登記に基づき翌年度から新しい所有者の方に課税します。ただし、家屋は登記されていない場合もありますので、そのような未登記の家屋につきましては、今まで通り課税されてしまう可能性があります。

このような場合はお手数ですが、「未登記家屋所有者変更届書」により市に届出をしていただくようお願いいたします。届出人は新しい所有者の方となり、届出の際は所有者を変更したことがわかる書類（売買または贈与の場合は契約書、相続の場合は遺産分割協議書の写し）を添付してください。

●問い合わせ先
税務課資産税係 ☎62-1111(代表)

まるごと生活百科

10月の納税 (納期限11月1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 0件（9件） 救急85件（721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

		1月からの累計	前年比
件数	12件	103件	+10件
傷者	19名	129名	+14件
死者	1名	2名	+1名

とうみの気象記録 (東御消防署調べ)

	平成22年8月	平成21年8月
最高気温	37.5℃ (24日)	34.1℃ (12日)
最低気温	20.2℃ (30日)	15.6℃ (25日)
平均気温	26.8℃	23.9℃
平均湿度	73.3%	68.1%
降水量	113.5mm	72.0mm

サンピアン上田ピアノ工房

ピアノの調律

ピアノの修理

- 外装クリーニング ●外装塗装
- 鍵盤修理 ●フレンジコード貼り替え
- ピアノ線の張り替え 他

- ◆調律・修理には、スタインウェイアカデミー認定技術者が担当いたします。
- ◆適正な価格でピアノの調律・部分修理・オーバーホール修理を行なっています。
(他業者によっては、高い金額を請求される場合もございますので、ご相談ください。)

ピアノの買い取り
ピアノの移動
ピアノへの消音ユニット取付



お問い合わせ スタインウェイピアノ長野県特約店
サンピアン上田ピアノ工房
上田市常磐城5-1-14
☎0120-147748 mail ueda@sunpian.com
TEL.0268-22-7748

〈広告欄〉



3R(スリーアール)を ご存知ですか

私たちの大量生産、大量消費、大量廃棄の社会のあり方やライフスタイルは、環境に多くの負荷をかけ、ごみの埋め立て処分場不足、石油など貴重な資源の枯渇も心配されるなどさまざま問題を生んでいます。このような現状から、「天然資源の消費量を削減しつつ、資源やエネルギーの循環を実現し、環境負荷をできるだけ少なくした社会（循環型社会）」への転換が求められています。循環型社会形成のため実践していくべき、頭に「R」がつくことからを3Rといいます。

1、Reduce (リデュース)
廃棄物の発生抑制
物を大切に使い、ごみを出さないように工夫しよう。

2、Reuse (リユース)
製品・部品の再使用
使えるものは繰り返し使おう。

3、Recycle (リサイクル)
再生資源の利用
再び資源として利用しよう。

今月は、3R推進月間です。国では、3R推進に対する理解と協力を求めるため、毎年10月を「リデュース・リユース・リサイクル推進月間（略称…3R推進月間）」と定め、広く国民に向けて、普及啓発活動を実施しています。

よく環境への配慮として、リサイクルという言葉が聞きますが、実は、リサイクルの前にリデュース、リユースを優先するというのが3Rの考えになっています。生活の中で、まずはごみ減量について改めて考えてみてはいかがでしょうか。

国民年金アップバイス

任意加入をして年金を増やしませんか

○20歳から60歳までの40年間に、保険料の未納や年金制度への未加入などがあり、老齢基礎年金を満額受給できない
○60歳までに老齢基礎年金の受給資格期間(25年)を満たしておらず、年金が受給できない

このような方は60歳以降も国民年金に加入することで、老齢基礎年金の受給額を満額に近づけたり、老齢基礎年金の受給権を確保したりすることが出来ます。これを「任意加入」と言います。

任意加入できる方

次の①から④のすべてに該当する方は任意加入できます。

- ① 60歳以上65歳未満の方
- ただし、65歳まで任意加入しても年金受給資格期間を満たせない方で、昭和40年4月1日以前に生まれた方に限っては、70歳まで任

意加入できません。

② 20歳から60歳までの年金保険料の納付月数が480月未満の方

③ 厚生年金や共済組合に加入していない方

④ 老齢基礎年金を繰り上げ受給していない方

手続きに必要な持ち物

- ・ 年金手帳
- ・ 印鑑
- ・ 預金通帳
- ・ 通帳の届出印

※共済組合加入期間や海外居住期間等がある方は、ほかにも必要な書類がありますので、事前に小諸年金事務所にお問い合わせください。

●手続き・問い合わせ先

- 小諸年金事務所
☎0267-122-11080
- 市役所市民課国保年金係
☎62-11111(代表)

営利を目的としない助けあいの制度

- ① 共済金を真っ先に
何よりも共済金。お支払いを最優先にしています。
- ② コストは抑えて
経費を必要最小限にするため、低コストの運営に徹しています。
- ③ 剰余金は割り戻し
剰余金は割戻金としてご加入者へ公平に戻しています。

昨年度もムダなく健全に! 平成21年度も、掛金の日割増しが共済金と割戻金に当てられました。

掛金還元率...82%
この部分をご加入者へ還元されます



県民共済グループは
生命保険部門
アフターサービス満足度
1位
日経ビジネス(2010年7月26日号)
「2010年版 アフターサービス満足度ランキング」

掛金のご加入者のために使っています

長野県民共済
共済取組団体 / 長野県認可 長野県民共済生活協同組合
共済元金団体 / 厚生労働省認可 全国生活協同組合連合会 <http://www.kyosai-cc.or.jp/>

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

SBCラジオ 県民共済提供「YES! 県民共済 聞いてなるほど!」毎週日曜午後1時30分~1時55分放送

口座振替取扱金融機関 八十二銀行 ゆうちょ銀行

資料請求はホームページからどうぞ。
長野県民共済 検索
www.nagano-kyosai.or.jp/

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

(広告欄)



▲観光大使の渡辺大五郎さんより巨峰のプレゼント

好評だった
▼おらが味横丁



“ふぞろい”でも“味ぞろい” 第19回巨峰の王国まつり

9月18日・19日、東御中央公園一帯で第19回巨峰の王国まつりが開催されました。今年は、春からの天候不順により房に大粒・小粒が混じる「親子巨峰」が発生し、当日は「房や粒はふぞろいでも味ぞろい」と書いたラベルを添えて販売されていました。試食では「甘い。味は変わらない」という声が聞こえ、どの販売コーナーも買い求める方の列ができていました。他にも、楽しいステージイベントや地域の味覚や特産品がそろった「おらが味横丁」など、2日間で約4万人の来場者でにぎわいました。

おらほの方言 楽しく学ぶ 柘津地区「方言カルタ」を作成

地域独特の文化である方言を地区に残していこうと、柘津地区活性化研究委員会（倉嶋忠行会長）と柘津小学校が協力して「方言カルタ」を製作しました。親しみやすいものになればと、昨年より委員会と柘津小学校の現5年1組が製作を進め、児童たちが読み札になる文句を先に発行された方言の冊子より選抜し、絵札のイメージも決めました。8月30日には、柘津小の全校児童が札組み作業を行い、800組のカルタが完成しました。カルタは、市内の小学校や保育園、公共施設などに配布される予定です。



完成した▶
カルタ

◀札組みでは一枚ずついねいに拾っていった



黒澤さんの訓練風景
◀セーラー渡過
▼モンキー渡過



東御消防署黒澤さん 全国大会で5位入賞

東御消防署に勤務する黒澤大^{だいいち}一消防士長が、8月27日、京都市消防活動総合センターで行われた「第39回全国消防救助技術大会・ロープブリッジ渡過」で都道府県を代表する50名の強豪たちを相手に5位入賞を果たしました。ロープブリッジ渡過は、水平に張ったロープを、スタートから折り返し点まで(20メートル)を往復。往路はセーラー渡過、帰路はモンキー渡過で渡り、その安全性と所要時間を評価するものです。黒澤さんは今春から通常訓練とは別に特別訓練を重ね「今回の経験を業務にも生かしたい」と話していました。

太陽をいっぱい浴びたホップの収穫 振興公社が収穫体験を開催

8月28日、信州東御市振興公社の主催でホップ畑の収穫体験が開催されました。市内外から29名の参加者が地ビールレストラン近くのホップ畑で収穫体験を行いました。参加者は晴天の下、汗だくになりながら畑の棚から切り落とされたホップのツルから、丁寧に実を摘んでいました。小林常務取締役は「こうしたイベントを通して、湯楽里館や地ビールレストラン一帯が地域の人たちの憩いの場になってほしい」と話していました。

ここで収穫されたホップを使った「秋仕込みインディア・パールエール」が、9月17日より湯楽里館などで販売になっています。



▲ホップの実をていねいに摘み取る参加者たち



▲現場で事故状況の説明が行なわれた

悲惨な事故の問題を検証 交通死亡事故現地診断を実施

8月7日に湯楽里館下約300mのカーブで発生した交通死亡事故について、現地診断が9月3日に事故現場で行われました。上田警察署や市警部交番、上田安全協会、県上小地方事務所、地元区など約25名が参加し、上田警察署より事故発生時の状況の説明を受けたあと、事故現場の問題点等について現地診断を行いました。現場での診断終了後、和コミュニティセンターに移動して対策が協議されました。現場のカーブは幅員が十分にあるため、かえってスピードが出やすいという問題点があり、啓発看板の設置やカラー舗装などの要望が出され、今後対処方法を検討していくことになりました。

気持ち合わせて 銀賞受賞

9月5日に塩尻市文化会館で行われた第52回長野県合唱コンクールに出場した、とうみ混声合唱団が厳しい審査を受け銀賞を受賞しました。代表の赤堀峰晴さんは「仲間たちと気持ちを一つに合わせ、ハーモニーを上げることが合唱のだいご味。練習に協力してくれた文化会館の皆さんにも感謝している」と話していました。



ちと気持ちを一つに合わせ、ハーモニーを上げることが合唱のだいご味。練習に協力してくれた文化会館の皆さんにも感謝している」と話していました。

消防ポンプ積載車引渡式

9月1日、市消防団東上田部、田沢部、上八部の消防ポンプ積載車が更新され、引渡式が東御消防署で行われました。



荻原伸幸団長より車両が引き渡されると、参加した団員の皆さんは規律正しい号令、動作で車両に乗り込み、機能試験に臨んでいました。

見て！遊んで！楽しんだ

9月4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。



おもちゃ作りや様々な遊びの体験のほか、手作りおやつ紹介・試食コーナーが用意され、子どもたちの楽しそうな声が会場中に響いていました。

地区全体で祝う 敬老の日

9月20日、ふれあい体育館で北御牧地区敬老会が敬老会実行委員会の主催で行われました。実行委員長の武井袈裟美さん（地区区長会長）は「敬老の日を地域全体で考え、盛り上げていきたい」とあいさつしました。



演芸の時間では、北御牧小学校児童や北御牧中学校生徒の音楽演奏などが行われ、参加した皆さんは手拍子をしながら楽しんでいました。



9・17〜18
▼第44回かくま祭
(北御牧中学校)
9・14
▼市営住宅伊勢原団地A棟
建設工事起工式・安全祈
願祭(建設現場・常田)



第10回コトヒラ杯スポーツ少年団野球大会(コトヒラ工業株本社グラウンド)



9・12
▼親子ふれあいナイアガラ狩り(サンファーム・出場)

できごとと短信

●発行／長野県東御市
〒389-0592 長野県東御市東281-2
TEL (64) 5806 FAX (63) 5431
E-mail shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp
ホームページ http://www.city.tomi.nagano.jp/
編集／東御市役所総務部企画課 ●印刷／田口印刷株式会社

人の動き

(9月1日現在)
世帯数
11,505世帯(-11)
総人口
31,664人(-12)
男 15,567人(-9)
女 16,097人(-3)
転入 74人(+4)
転出 81人(+21)
出生 20人(±0)
死亡 25人(+5)
※カッコは8月対比



東御市役所はチャレンジ25
キャンペーンに参加しています



「東御市景観を考える会」が歩き発見した市内各地のすてきな景色を紹介します

歩いてみました北御牧地区方面へ・・・
あなたもまち歩きの発見に出掛けませんか。

発見こんなビューポイントが・・・

曲線が美しい大地、ところどころに点在する樹木、北海道の大地を
連想させる様な広大な農地が広がる御牧原の風景です。



ふわり
まち歩き
巡る
No-7



ぜひと残してほしい街並み建造物たち・・・



街道から一歩中へ入ると涼やかな水路のある
風景に出会いました。こんな景色を見ると水
場は生活の憩いの場であったのではないかと
思いをめぐらすことができます。



お出かけの際は・・・

住宅・田畑など、個人の敷地には立ち入らないで
ください。静かに見ていただき、周辺の住民の方の
迷惑にならないようお願いします。
また、専用の駐車スペースはありませんので、他の
交通などには十分注意してください。

編集後記

▼今月号では、花いっぱいコンクールを受賞作品を紹介しました。暑かった夏も過ぎ、取材先などで楽しませていただいた花壇の花もあと僅かだと思ふと寂しい気がします▼9月2日、滋野保育園で行われた園児と地元老人会の皆さんの「花見会」へお邪魔しました。6月に一緒に植えた花たちが咲き誇る花壇の前で交流会が行われ、仲良く手をつなぎ花を楽しみ、全員で花壇を囲み元気に歌を歌っていました。▼花を眺める姿を写真に収めていると「キレイに咲いたでしょ」「毎日水くればよかったよ」という園児たちの誇らしげな声が聞こえ、花が一層鮮やかに見えた気がしました。
(市報担当 大塚)

