



市報
No.155

とうみ3

TOMI CITY
2017
月号
March



表紙写真「ボッチャ交流大会」

目次

- 2 東御市観光情報ステーション開設
- 4 新たな東御市教育を目指して
- 6 地域のつながりに関する調査結果
- 8 平和と人権を守る都市宣言制定／
人権啓発学習会の紹介
- 9 新規指定文化財の紹介／国保税率の見直し

- 10 公民館報
- 12 もうすぐ1年生!
- 14 地域おこし協力隊活動レポート／心の眼
- 15 地域づくり通信／すくすく育てとうみっ子
- 16 まるごと生活百科
- 18 トピックス（地域の話題）

「東御市観光情報ステーション」を

（観光案内所＋まちなか交流スペース）

しなの鉄道田中駅に開設します。



東御市観光情報
ステーション

しなの鉄道田中駅
(改修後) のイメージ

観光案内所

まちの“魅力と出会う、楽しむ”を発信！

+

まちなか交流スペース

人と人がつながる、まちなか“交流”空間！

東御市観光協会では、しなの鉄道田中駅舎内に「観光案内所」と「まちなか交流スペース」の2つの機能をもった交流拠点施設、「観光情報ステーション」を4月5日にオープンします。

観光案内所では、市の観光地情報をはじめ、歴史・文化・芸術、産業、地域の営みに至るまで、地域全体の情報をまとめて把握して情報発信していくほか、来訪者の受け入れや問い合わせに関してもワンストップで対応が可能な窓口機能を設けていきます。

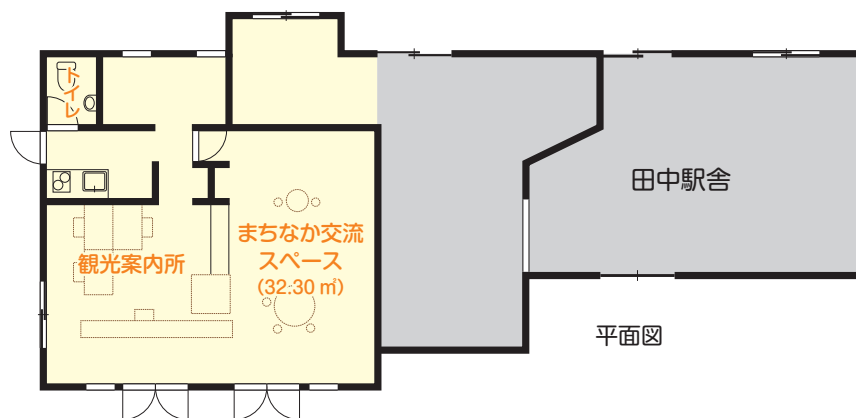
まちなか交流スペースでは、東御市発！のクールジャパン商品（地域の伝統・文化・技術・ライフスタイル等を背景とした商品）を展示して販売につなげたい個人や企業向けに、地域産品を広く紹介していく情報発信基地として「コミュニティ・ギャラリー」を実施します。

さらには、小売業やサービス業をはじめ

めてみたい方や、新商品のテストマーケティングなどをしてみたい事業者向けに、企業や事業拡大の第一歩として「チャレンジショップ」を実施します。

そのほか、市民や来訪者が気軽に休息をとることができる休憩スペースを設け、来訪者にとっても市民にとっても、新たなつながりを生み出す「まちなか談話室」として、ご利用いただくことができます。

東御市観光情報ステーション



東御市観光情報ステーション

まちなか交流スペース

- ◆休憩スペース
(デマンド交通やバスなどを利用の際、お気軽にご利用ください。)
- ◆まちなかコンシェルジュ
(市街地イベントや市街地シヨップのお得な情報、地域交流イベントや祭礼などを紙面等でお知らせします。)
- ◆コミュニティ・ギャラリー
(市内の事業者によつて開発された地域産品などを展示して紹介するコーナーを設けます。)
- ◆チャレンジ・シヨップ
(起業意欲のある方を対象としたスタートアップ販売や、市内事業者のアンテナシヨップを定期的に開催します。)

観光案内所

- ◆観光案内業務
(観光スポットおよび各種施設、地域イベント、地域の食、市街地シヨップ等を案内します。)
- ◆交通案内業務
(鉄道、バス、タクシー等の乗り場、乗り継ぎ、料金、発着時刻、アクセスの案内をします。)
- ◆観光レンタサイクルの貸し出しサービス
- ◆手荷物の一時預かりサービス
- ◆無料公衆無線LAN (フリーWi-Fi) サービス
- ◆オリジナルグッズ販売、地場産品の販売取り次ぎ
- ◆観光スポットの動画案内

※「コミュニティ・ギャラリー」への展示の希望、また「チャレンジ・シヨップ」への参加の意向がありましたら問い合わせください。(市報お知らせ版で紹介していますのでご確認ください。)

東御市観光情報ステーションは 東御市観光協会が運営します

東御市観光協会は、今まで「北御牧庁舎」に事務所を置いていましたが、この施設開設にともない、4月1日に田中駅舎内へ事務所を移転します。

住所、電話番号等は、「観光情報ステーション」と一緒となり次のとおり変更になります。

住所：東御市田中279番地

☎ 62-7701 FAX：62-7702

URL：<http://www.tomikan.jp> Eメール：info@tomikan.jp

開館時間：午前9:00～午後5:00 休館日：年末年始(12月29日～1月3日)

新たな東御市教育を 目指して 平成28年度の取り組みを振り返って

市教育委員会では、学校、家庭、地域が一体となって取り組む「小中一貫」「小中一貫型教育」を進めています。今回は、学校職員会を中心とした28年度の取り組みを紹介しします。

小中連携から 小中一貫(型)へ

東部中学校区(以下「東中区」)では、「小中連携教育」を一歩進め、今年度、4小学校と1中学校が一緒になって、「小中一貫型教育」をスタートさせました。

この取り組みは、「小中一貫教育」を先行実施している北御牧中学校区(以下「北中区」)と同様に、義務教育9力年を見通しながら、今の教育課題をどう乗り越えて行くかをテーマに、小中連携および小小連携(小学校の課題解決を目指す小学校間の連携)をより強固なものにするための教育ビジョンです。



▲組み体操の指導

東御市が課題とする「学力の定着」「体力の向上」等について、今年度は、「外国語活動」を始めとする8つの委員会を設置するとともに、「小学校学年会・中学校教科会・専門部会(養護教諭部会等)」を組織し、市全体の課題解決に向け、5月30日の東御市学校職員会総会をもって本格的な活動に入りました。

●市全体の取り組み

東御市学校職員会を軸に

●中学校区ごとの取り組み

中学校区ごとでは、「キャリア教育」を始めとする部会(作業部会)や小中合同の「教科会」を設け、市全体の課題を基に、中学校区ごとの課題解決に取り組みました。

●各委員会活動の取り組みから

はじめに、市全体の教育課題に取り組んだ前述の委員会の活動報告ですが、28年度は、それぞれの委員会で、積極的な課題解決に当たり、多くの成果を上げることができました。

なかでも、「外国語活動」「学力向上」「体力向上」「情報教育」の4つの委員会については、外部との折衝もあるため、学校だけでなく教育委員会も加わって取り組んで来ました。ここでは、「外国語活動」と「体力向上」の2つの委員会について報告をします。

外国語活動委員会

小学校では、新学習指導要領が32年度からスタートしますが、東御市では、これを先取りし、外国語活動を、30年度から外国語科(英語)に移行するための取り組みを始めています。

28年度は、各校が、自主的に外国語活動の授業公開を実施したため、研修の機会を沢山もつことができました。



▲外国語活動の授業

した。高学年はもちろんですが、1年生の授業でも、明るく生き生きと取り組む子ども達の姿が見られました。

担任、ALT、子ども達が一体となって取り組む授業には、これまでの取り組みの成果が表れており実りのある授業となりました。

体力向上委員会

毎年実施している体力診断テストですが、28年度は、運動プログラムのアドバイスを付いた個人票を早めに返すことができました。

その結果、子ども達は、自分の体力の状況を自覚することができ、夏休みにはアドバイスに沿った強化プログラムに、自ら取り組む姿も見られました。

また、委員からは、誰でも手軽に

楽しめる体力作りのための「縄跳び」が提案されました。市全体でそろえた「縄跳びチャレンジカード」（検定表付き）を活用し、特に、小学校では、準備体操や全校縄跳びタイム（期間限定）で意識化を図った結果、休み時間など、積極的に「縄跳び」に挑戦する子ども達の姿が見られるようになりました。これからも、仲間と励まし合いながら体力作りに取り組んで行きます。

●東中区と北中区の 特色ある取り組み

東中区では、小学校間の課題解決を図るねらいで「小小連携」の強化を図り、北中区では、地域と連携し、地域から学ぶ活動である「キャリア教育」を充実させました。

小小連携



▲小小連携（田中小学校）



▲小小連携（滋野小学校）

東中区の4小学校では、小中一貫型教育推進講師2名が、一カ月ずつ各校を回りながら、授業作りや基礎学力の定着、学級作りやドリル作り、教材や教具作り、個別指導やグループ指導、TT指導や少人数指導に取り組みました。

子ども達からは、「丁寧に教えてくれて覚えやすかった。」「音読で読み方を教えてもらい、音読が上手になってうれしかった。」といった感想をもらいました。子ども達にとっては、それぞれの教科の持つ面白さを発見したり、仲間の発言から新たな考え方に気付いたり、学びの楽しさを広げる授業になりました。

また、担任からは、「授業の進み具合がスムーズになった。」「教材研究を始め、教師自身の学びへの意識が高まった。」といった声が出されました。

ました。

キャリア教育

北中区では、信州型コミュニティースクールを軸とする学校応援団の皆様にご協力を頂き、例年、人となつがる力やふるさとの良さに気づき、自ら関わる力等の育成に向けた農業体験を中心としたキャリア教育を実施しています。今年度も、地域の皆様のご理解の下、充実した農業体験学習ができました。また、受け入れてくださったそれぞれの農家の皆様からも、温かな心配りをいただきました。

子ども達からは、「ジャガイモの収穫がこんなに大変だとは思わなかった。」「作業の仕方を丁寧に教えていただき、安心してお手伝いができた。」といった感想をもらいました。



▲農業体験学習のようす

●29年度に向けて

28年度、東中区の「学力向上」（部会）では、4小学校の職員が参観しやすいように、中学校の2校時分の授業を全ての学級で公開してくれました。特に、2分前行動など、授業に向かう前の活動も参観できたため、小学校の職員からは「参考になる」といった声が聞かれました。

また、北中区の「合同研究・研修」（作業部会）では、夏休みを使って、子ども達に伝えられるダンス（イージー・ドウ・ダンササイズ）の研修と、ムラサキキャベツを使った酸・アルカリの実験を、焼きそば作りを通して体験しました。なお、実験後は参加者でおいしくいただくことが出来ました。

このように、「部会」や「作業部会」からも、研修を通した様々な声が届けられています。今後も、学校規模の違いを乗り越え、東中区と北中区の良さを共有しながら、東御市の教育の成果をより確かなものに出来るよう進めて行きます。

●問い合わせ先

教育課 学校教育係
☎ 6415879

「地域のつながりに関する基礎調査」の結果をお知らせします

市では、平成28年度に「地域のつながりに関する基礎調査」を実施しました。これは、心の健康づくりのために土台となる地域のつながり状況に焦点をあて、精神的健康度や抑うつ状況、地域住民の社会参加の密度、人に対する信頼や助け合い意識そして、引きこもり状況についての実態を把握し、今後の地域で推進できる心の健康づくり対策の基礎資料とするためのものです。

ご協力をいただきました多くの市民の皆様に感謝申し上げます。

調査方法

- 本調査は、28年6月中旬に郵送による調査票の配布、7月初旬までに調査票の回収をし、データを収集しました。
- 調査対象は、市内の20歳以上の男女の中から年齢構成比率に基づいて無作為に抽出した2000人となりました。
- 回収された調査票は、(公財)身体教育医学研究所において調査票の解析を実施しました。

調査結果のまとめ

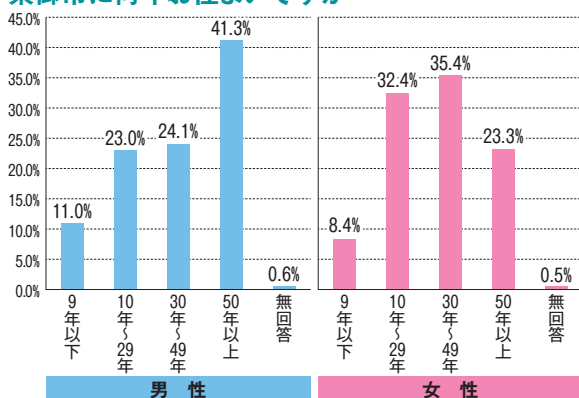
- 調査票の回収は2000名のうち1031名(回収率51・6%)でした。
- 有効回答者数は1031名のうち782名(有効回答率39・1%、性無記名除外)でした。そのうち女性438名(56・0%)、男性344名(44・0%)でした。
- 年齢は、60歳以上438名(56・0%)、60歳以下327名(44・0%)でした。

1、アンケート回答者の概要

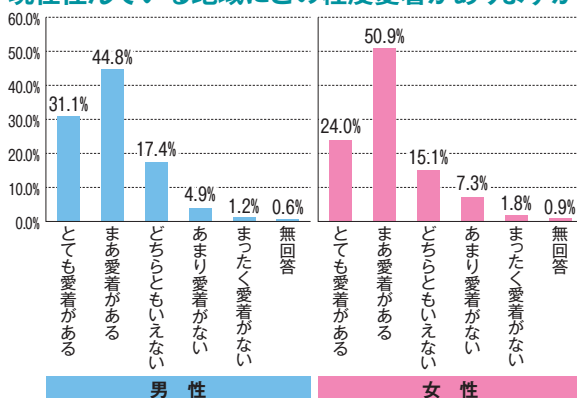
● 「地域での居住歴」が長い、「居住地域への愛着」がある人について、男性が女性よりも高い割合を示していました。



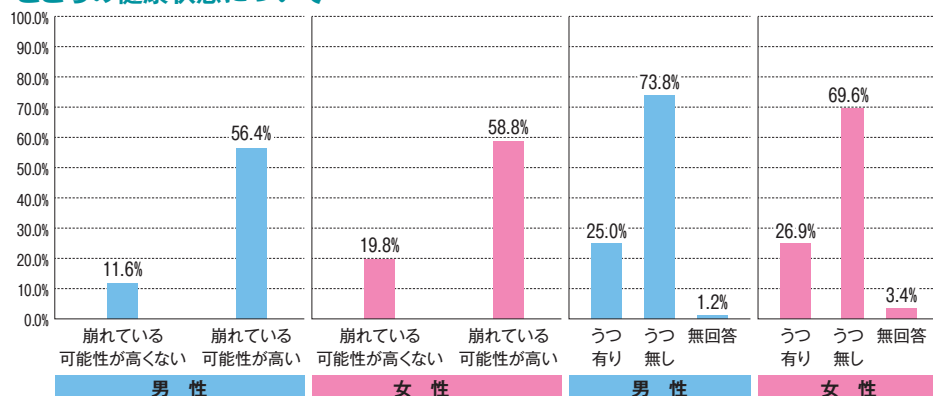
東御市に何年お住まいですか



現在住んでいる地域にどの程度愛着がありますか



こころの健康状態について



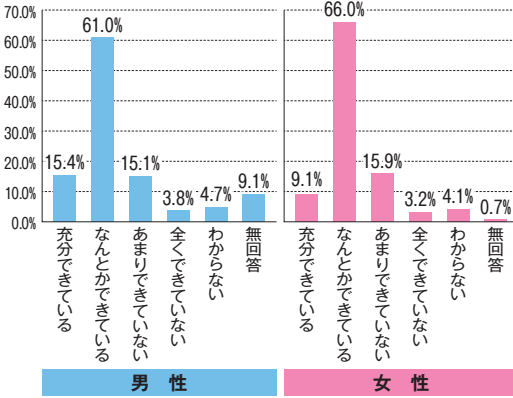
2、健康状態について

● 精神的健康状態、抑うつ状態をみると、女性が男性よりも心の健康を崩している可能性が高いと考えられます。

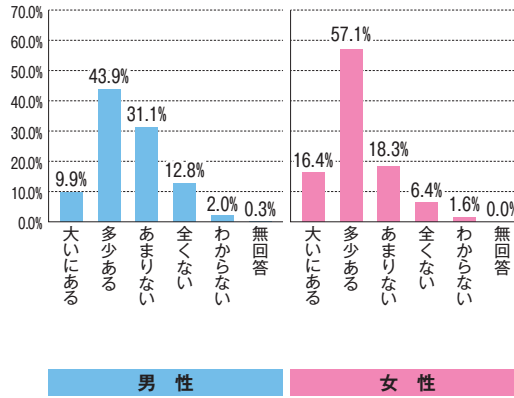
3、悩みやストレスについて

●女性が男性よりも最近1カ月間でのストレスが多く、女性の中でストレスの処理ができていない人は2割いました。

ストレスの処理



ストレスの有無



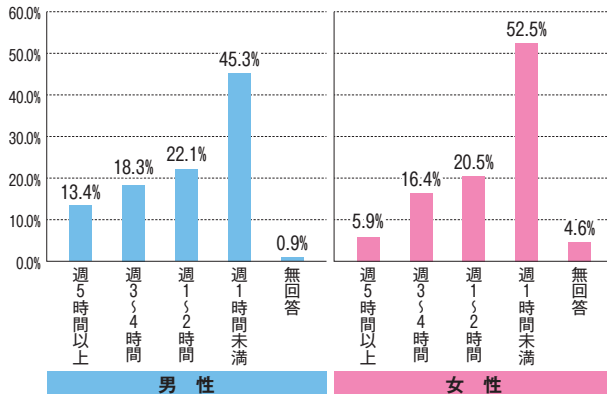
4、自殺に関する意識について

●「自殺したいと思ったことがある」「自殺の計画をたてたことがある」「自殺を試みたことがある」について、全ての項目で女性のほうが男性より「はい」と答えた人の割合が多かったです。

5、生活習慣、運動習慣について

●1週間の運動時間をみると女性の半数が週1時間未満でした。

運動時間



6、ソーシャル・キャピタルについて

●地域活動への参加状況では、男性は「地縁的活動」への参加がもっとも多く、女性は「スポーツ・趣味活動」がもっとも多い割合でした。

●社会的サポートは、女性が男性よりもよい状態の人が多かったです。
●人を信頼する意識は、男性が女性よりも高かったです。

7、ひきこもり状況について

●調査では、2%の方が、現在家庭内にひきこもり者がいると回答しました。
●過去も含め、ひきこもり者がいたことのある家族で支援施設を利用した経験のある人は2・7%でした。

3月は自殺対策強化月間です

生き活きと自分らしく生きるためには、身体の健康と共にこころの健康も重要です。

国では、平成24年に自殺総合対策大綱を見直し、「自殺は、その多くが防ぐことができる社会的な問題」であり、一人ひとりが自殺予防に取り組むことで「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す」としています。その中で、毎年3月を自殺対策強化月間と定め、特に重点的に市民の皆様がこころの健康について考える機会を設けることとされています。

こころの健康を保つためには、①十分な睡眠や休養をとる、②適度な運動をする、③ストレスと上手につきあうなど、健康を守るための生活を送ることが大切です。そのため、一人ひとりがこころの健康に目を向

け、こころの不調に気づいたら身近な人に助けを求められることや、周りの人が身近な人の変化に気づき、その話を聴き、専門家につなげられる体制づくりをしています。

市では、精神科医の「こころの相談」をはじめ、こころの健康について不安のある方のご相談を承っています。また、「精神保健講演会」「こころの健康づくり講座」「ゲートキーパー養成講座」「ひきこもりについて理解するための学習会」など、各種の講座も開催しています。29年度も開催予定ですので、市報お知らせ版等の情報をご覧いただき、ぜひご利用ください。

●問い合わせ先

健康保健課 保健係
☎ 64-8882

平和と人権を守る都市宣言制定

市では、3月1日に平和と人権を守る都市宣言を制定しました。

この宣言は、市長3期目の公約の1つであり、東御市人権平和都市を考える懇話会から提言のあった宣言文案を基に、パブリックコメントで市民の皆様から寄せていただいた意見を取り入れながら12月の市議会定例会で説明し、市が決定したものです。

世界の人々と手をつなぎ合いながら反戦・反核を訴え、あらゆる違いを越え、人権尊重や、自然との共存を謳っています。そして、市民一人ひとりが身近なことから取り組み、平和で人権の守られる社会を築いて

平和と人権を守る都市宣言

一人ひとりの人権が尊重される、争いのない世界の実現は、人類共通の願いです。

わたしたちは、平和を愛する世界の人々とともにその願いを実現するため、次のことを提唱し、ここに東御市を「平和と人権を守る都市」とすることを宣言します。

- 1、戦争の歴史を学び、核兵器の廃絶を訴え、平和を推進するために行動します。
- 1、人種、民族、宗教、いかなる違いも越え、互いに尊重し、思いやりの心と勇気をもって、だれもがその人らしく生きられる社会をめざします。
- 1、自然と共存し、平和で安全安心な地域づくりを進めます。

(平成29年3月1日宣言)



いこうという思いと決意を表しています。この宣言の精神を尊重し、市は市民の皆さんとともに、地域に根差した平和活動につなげていきます。平和と人権を守る都市宣言の制定を記念して、記念碑を市民交流ひろば北側に建立しました。

一人ひとりを尊重するまちづくりを目指して 平成28年度人権啓発学習会結果と 29年度に向けて

●問い合わせ先 教育課 人権同和教育係 ☎64-15902

人権啓発学習会に、毎年大勢の地域の皆さんのご参加をいただき開催しています。

28年度は、6月に田中地区、7月に北御牧(上八重原・宮)地区、10月に津田地区で、33公民館を会場に開催し、各区役員の皆さんをはじめ、地域の皆さん、市内小中学校の先生方にもご参加いただきながら、427人の皆さんに学習をしていただきました。

この人権啓発学習会は、部落差別を始めとするあらゆる差別を無くすために、市民一人ひとりが思い込みや偏見をなくし、より深い理解と認識を持って、お互いの人権感覚(相手の気持ちになって考える心)を高めることを目的として開催しています。

皆さんがかつて学んできた部落の歴史が古文書などの研究により見直され、小中学校の歴史の教科書の内容も全く変わってきました。今年度は、その内容を知っていただき、私達人人もしっかりと、もう一度学んでいただきたいというねらいで開催してきました。

29年度は、28年度参加された皆

さんのご意見・ご感想を参考にし、滋野・和・北御牧(畔田・牧ヶ原)35公民館で、人権啓発学習会を計画しています。相手の気持ちに寄り添って考えることができるように、また自分自身の人権感覚を磨くためにも、一人でも多くの皆さんのご参加をお願いいたします。



参加者の感想

●自分が受けていた教育と少しずつ変化していることがわかり、少し驚き、違う意味で変化していることを理解できました。今後自分の子どもたちが受けるのであろう学習が、理解でき、参加してよかったです。(40代)

●今回DVDで大変歴史がわかり良かった。結婚問題は、まだ差別が残っていると思う。新しい知識をしっかりと学んで、自分や周囲が結婚問題などでぶつかった時、しっかり対応できるようにすべきである。(70代)

東御市指定文化財が 追加指定されます

市教育委員会では、東御市文化財保護審議会でも以前から調査・研究してきた文化財について、市において重要・貴重であることから、追加指定することになりました。

東御市有形文化財

大川遺跡第14号住居址 出土縄文土器

平成22年に行われた大川区南西に広がる大川遺跡の発掘調査で、縄文時代中期の第14号住居址から縄文土器が一括して出土した。1点は新潟県魚沼地域を中心に出土している火焔型土器の特徴を有しているほぼ完形の縄文土器で、同じ場所から出土した長野県・群馬県を中心に発見されている焼町土器2点と合わせ、東御市有形文化財に指定された。これらの土器は、現在和コミュニティーセンターに展示されている。



東御市有形文化財

久保在家遺跡第18号住居址 出土縄文土器・土偶

昭和63年に行われた新張区と原口区の間広がる久保在家遺跡の発掘調査で、縄文時代中期の集落跡が発見された。第18号住居址からほぼ完全な状態の焼町土器と呼ばれている特徴的な縄文土器や関東地方を中心に出土している縄文土器がまとまって出土した。このうち10点の縄文土器と、赤く彩色された大形の土偶1点と合わせ、東御市有形文化財に指定された。これらの土器・土偶は、現在田中資料館に保管されている。



平成29年度からの 国民健康保険税の 税率見直しを検討します

国保税9年ぶりの見直し

国民健康保険は、病気や怪我をしたときに安心して医療が受けられるように、加入者（被保険者）の皆さんからの保険税と国や県等の公費および市の財源により運営しています。

市の国民健康保険は20年度に現在の税率に定めて以降9年間税率を据え置き、市の税金からの支援を繰り返し受けながら運営してきましたが、伸び続ける医療費の増加などから来年度以降大幅な赤字が見込まれるため、税率の引き上げを検討しています。

現段階で一人あたり国保税額平均8・4%の増を想定しました。

国保運営協議会で答申

それについて、市の諮問機関である国保運営協議会に諮問し、審議を重ねていただいた結果、“被保険者構成や医療実態の変化がある中において被保険者が安心して平等な医療を受けるための国民健康保険制度を

保つことは重要であるため、税率改定はやむを得ない”として、平成28年12月26日付けにて、保険者として被保険者の健康維持や重症化予防に努めること等の附帯意見を添えて答申がありました。

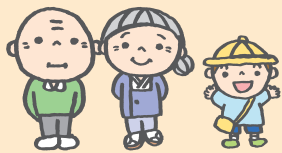
税率については、今後議会において審議がされる予定です。詳細につきましては順次市報でお知らせしてまいります。

国保財政の状況については市報とうみ11月号2～3ページをご覧ください。



▲国保運営協議会長から市長へ答申





行事・学級講座の模様

元日マラソン・ウォーキング大会

恒例の元日マラソン・ウォーキングが、1月1日に開催されました。18回目を迎えた今回は、天候にも恵まれ、合計140名の大勢の方にご参加いただきました。この元旦マラソン・ウォーキングは、各自の健康増進および参加者同士の親睦を目的とし、田中公民館から県諏訪神社間で順位を競わず、走ったり、歩いたりしています。完走後、集合写真を撮り取り、参加された皆さんは、お互いの健闘を



▲マラソンランナー スタート

生涯いきいき

高齢者大学

健康で、明るく楽しい生活を送るための、高齢者大学講座が、本年度も5月～3月までに、全16回の講座が計画され、46名の方が参加して、意欲的に学習に取り組んでいます。これまでに、軽スポーツ教室、笑いヨガで体も心も元気に、コーラスを楽しもう等の学習課題を学ぶと共に、野外研修として、今年は特に話題となった真田丸関連の史跡



▲軽スポーツ教室

めぐりで松代を訪れました。また、視察研修として、富山県魚津市を訪ねて、魚津水族館や魚津埋没林博物館等を見学して来しました。

女性学級

今年もいろいろな体験、感動

女性学級は、自分たちのやりたい事が講座になる、楽しい仲間づくりのできる講座です。今年も、コミュニケーションを学ぶ、アロマクラフト、食べ方見直し塾、市内史跡めぐり、安曇野・大町視察研修、そば打ち体験等様々な分野にチャレンジしてきました。いろいろな体験を通して、自分の出来ることをやってみて、楽しいことを見つけ、経験して自身の資質向上がはかられました。



▲コミュニケーションを学ぶ



▲食べ方見直し塾



▲児玉家見学



▲フラワーアレンジメント

新春書き初め大会

新年を迎えた5日、恒例となった新春書き初め大会が中央公民館で開催されました。子どもから大人まで80名が参加し、市文化協会書道部会員の皆様の指導により、各々に与えられた課題の文字を、集中してもくもくと練習して、新春に思いを込めた立派な作品が出来ました。



▲書き初め作品展



▲新春書き初め会場

地区公民館の活動

祢津地区

ちよっくら今年も

「方言かるた」

緊張の中、かるたを見つめる目が輝きます。

66人さつちら練習してきたのでしよう、最後の段のみ読み上げられると、さつと手が動き、思わずまわりの大人は息を呑み、見つめます。

休み時間はリラックスタイム。そして、火花散る決勝戦。てんで取れなくせつねえ子も「来年こそは！」と闘志を燃やし、

家路につきました。



▲方言かるた大会

和地区

「わくわくチャレンジ教室」

12月17日、和小学校の児童を対象にクリスマスに備えキャンドル作りを実施しました。色とりどりの世界に一つだけのオリジナルキャンドル

ができ、サンタさんも迷わず子ども達の家に行けたかな？



▲クリスマスキャンドル作り

北御牧地区

第13回北御牧地区

生涯学習作品

11月19日から20日にかけて第13回北御牧地区生涯学習作品展が実行委員会により開催されました。

出展団体が多く、写真、盆栽、書、絵画、パッチワーク、陶芸、

刻字、水墨画、

編み物

や保育

園・小

学校・

中学校

の児童

生徒の

作品お



▲生涯学習 作品展

田中地区

海野宿子ども相撲大会

般参加の皆さんの作品も多数出展していただき多彩な作品455点が並び公民館を埋め尽くすことができました。

大小の生花で彩を添えていただき、茶道教室の皆様からはお茶のお手前がありました。

恒例となった子ども相撲大会が、11月23日、海野宿ふれ

あい祭に合わせ開催されました。今年は、田中地区地域

づくりの会が主催となり、園児、小学生合わせて83名が参

加、土俵を取り囲んだ保護者や見物

客の前でかわ

い熱

戦が繰

り広げ

られま



▲白鳥神社境内子ども相撲

滋野地区

滋野の片羽区初午祭

昔懐かしの伝統行事がしっかりと継承されています。

滋野地区の片羽区ではいま

公民館長のねがい

地域に根ざす公民館

1,236という数字、これは長野県の公民館数を表しています。この数は全国第1位で、2位の山形県の524館を大きく引き離しています。いかに公民館が地域に密着し地域に根ざした存在であるのかを示しています。

本年度、いくつかの分館行事に参加させていただきましたが、発表や展示、種目等いろいろな世代や団体、個人の活動の発表、交流の場となっており、多くの区民が楽しみにしている様子が伺えました。

本年度の公民館活動もまとめの時期を迎えておりますが、活動の反省を次年度に活かし、より地域の皆さんの要望や関心に沿った行事や催し物として長く続いていくことを期待申し上げます。

だに伝統行事である十日夜のわらでつぼう祭りや、初午祭が行われています。自分達で作ったわらでつぼうで地面をたたき、モグラ退治や、収穫に感謝しながら区内を練り歩きます。また、初午祭では、わら午をつくって、道祖神までの午引きをし、新生児の無病息災を祈念します。他の地区も、わら細工の講師と共に傳承されたらいかがでしょうか。



▶片羽地区 初午

平成29年度 生涯学習講座の募集

東御市公民館（中央、滋野、祢津、和、北御牧各公民館）・図書館では、各種講座の受講生を募集します。

申し込み期間：3月22日（水）～4月7日（金）

※詳細につきましては、3月中旬配布の生涯学習講座・教室のパンフレットをご覧ください。

卒園おめでとう



柵津保育園



傳田和子園長先生から

自分が好き、人が好き、そして遊びが大好きな49名のお友だち。優しい心を大切に、仲良し1年生になってください。



滋野保育園



竹内美衣園長先生から

保育園での素敵な思い出をありがとう。皆の宝物です。これからも思いやりの気持ちを大切に沢山遊んで心も体も大きくなあれ！



北御牧保育園



小林己和子園長先生から

ほいくえんですごしたたくさんのおもいで。おおきくなっておもいだしてくれたらうれしいです。おめでとうございます。

放送日のお知らせ

東御市保育園・幼稚園 卒園記念番組

みんな元気に!もうすぐ1年生

とうみチャンネル(CATV004チャンネル)

■田中保育園

- ・3月11日(土) 9:00~/15:00~/21:00~
- ・3月20日(月) 9:00~/15:00~/21:00~

■滋野保育園

- ・3月12日(日) 9:00~/15:00~/21:00~
- ・3月20日(月) 10:00~/16:00~/22:00~

■柵津保育園

- ・3月13日(月) 9:00~/15:00~/21:00~
- ・3月21日(火) 9:00~/15:00~/21:00~

■和保育園

- ・3月14日(火) 9:00~/15:00~/21:00~
- ・3月21日(火) 10:00~/16:00~/22:00~

■北御牧保育園

- ・3月15日(水) 9:00~/15:00~/21:00~
- ・3月22日(水) 9:00~/15:00~/21:00~

■海野保育園

- ・3月16日(木) 9:00~/15:00~/21:00~
- ・3月22日(水) 10:00~/16:00~/22:00~

■くろみ幼稚園

- ・3月17日(金) 9:00~/15:00~/21:00~
- ・3月23日(木) 9:00~/15:00~/21:00~

エフエムとうみ 78.5MHz

- 田中保育園 3月13日(月)、22日(水)
- 滋野保育園 3月14日(火)、23日(木)
- 柵津保育園 3月15日(水)、24日(金)
- 和保育園 3月16日(木)、27日(月)
- 北御牧保育園 3月17日(金)、28日(火)
- 海野保育園 3月20日(月)、29日(水)
- くろみ幼稚園 3月21日(火)、30日(木)

放送時間 7:25~/8:25~/9:25~
13:25~/17:25~/18:25~

もうすぐ1年生!

この3月に市内の保育園、幼稚園を卒園するお友だちは247名です。

もうすぐ1年生! 小学校でも、友だちたくさんつくろうね。



田中保育園



高橋富士子園長先生から

たくさんのお会いを大切にして、心と心のキャッチボールが上手にできる人になってください。まっすぐ、たくましく、おおきくなあれ。



和保育園



北沢美良園長先生から

何事にも挑戦し頑張っていたみなさん。保育園でのたくさんの宝物をもって小学校へいくんですね。これからも大きく大きくはばたいてください。ずっとずっと応援しています。



海野保育園



関旦子園長先生から

かもしか組の皆さんは、夏と冬の山合宿や登山、川あそびで自然と親しみたくましくなりました。仲間との絆は宝物です。伸びていく力をたくわえた皆さんの未来に幸い多いことを!!



くるみ幼稚園



柳沢直園長先生から

みあげてごらんよくるみの木、はっぱがよんでる手をふって、あかるいよい子になるように、みんなが大きくなるように。

協力隊のひとこと

2017年3月号

今月の担当
きくち なつ よ
菊地 夏代
(商工観光課商工労政係)



地域おこし
協力隊

活動レポート Vol.20

●田中駅に東御市観光情報ステーションいよいよオープン！

東御市に来て迎える初めての冬、寒さに耐えながら勇気を振り絞って部屋を出る毎日ですが、今年度も残りわずかとなり、私も地域おこし協力隊着任から1年が経とうとしています。この1年は初めての経験や素敵な出会いがたくさんありました。春に出会った人達の繋がりから、夏はさまざまなイベントに参加させてもらい、秋には多くの協力者のもとハロウィンナイト開催が実現しました。

そして新しい春を待ち遠しく思いながら新年度へ向けて、田中駅リニューアルと同時に4月から駅構内に「東御市観光情報ステーション（観光案内所+まちなか交流スペース）」がオープンします。開設準備に参加させて頂いている中、東御市のおいしい物、四季折々の素晴らしい風景に改めて気づかされています。観光案内所のレンタサイクルで「春のとうみ」を満喫してみるのも良いですね。また、まちなか交流スペースで市民の皆さんにくつろいで頂くのはもちろん、市外から来る方達にもおいしい情報や東御市の魅力をお届けします。私も引き続き田中駅から中心市街地へ足を延ばし、新鮮な情報を地域の皆さんと共有していきたいと思います。是非お気軽にお立ち寄りください。



心の眼 (149)

人権同和教育指導委員 眞壁 善之
まかべ よしゆき

障がいのある人と向き合って



昨年、リオパラリンピックは、メダル24個、17位という成績で終了し、それぞれの選手の活躍に感動させられたパラリンピックでもありました。パラリンピック終了後、競技用義足の研究開発で著名な遠藤謙さんの義足作りにかける信念や思いを伝える様子がテレビ放映されました。遠藤さんは「義足は人が使うものなので、理論的には正しいと思っているものでも、その義足がすべての人が使えるものにはならない。使った人が喜ぶところまでみたい」と語っていました。遠藤さんが義足製作に携わるきっかけは、高校時代の後輩が病気で足を失うことになり、後輩を少しでも早く助けたいという思いから、大学卒業後アメリカへ留学して学んだそうです。知識と実践を積み重ねていくことで、歩くことが当たり前にでき障がいと思わない、そんな社会にしていきたいという信念に、障がいのある方に向き合う遠藤さんの生き方が伝わってきました。

私の知り合いに弱視の方がいますが、先日長野市で講演会があり、講演を聴きたいということで、一緒に車で行きました。乗車の際はドアを開けてやり、シートベルトの着用と

障がいがある人も、できることは自分で何とかしようという気持ちで伝わってきて、周りになるべく心配や迷惑を掛けないようにとの気持ちが尊重していくことが大事なことで、彼の言動から感じました。

障がいのある人に、過剰に気を使っていた自分がありました。彼と一緒に行動していくことで、大切な事を学ばせてもらいました。「人にやさしい社会」「人権を守る社会」を目指していくために、遠藤さんには遠く及ばないが、自分に何ができるかと考えさせられ、様々なところに無関心であってはならないと思いました。





小学校区単位の地域づくり通信

しげの里づくりの会

滋野小学校学習報告会

12月20日・22日に、滋野小学校6年生による家庭科ボランティアの皆様及び地区の皆様に学習報告会を「おうちのえんがわ」で開催・作品と歌を披露いたしました。22日には3年生も応援、笛の演奏をしていただきました。

クリスマス会

12月18日は地元の有志によるクリスマス会を開催。ゲーム・などなど・校歌（新・旧）童謡・エレクトーンなどイベントを実施。懐メロを片羽の中村通明さんのマンドリンで合唱をいたしました。



おうちのえんがわもお陰様で沢山のの方にご利用頂きありがとうございます、市内外からいろんな方が視察・研修にお見えになつております。是非一度は覗いてどんなところか見ていただきたく思います。地域の憩いの場・お喋り・暇つぶしの場としてご利用ください。

●問い合わせ先

しげの里づくりの会
☎ 0401

移住体験ツアー 開催

2月11日、「冬のとうみはどのくらい寒いのかを知るツアー」と題した移住体験ツアーを開きました。今回で3回目となり、夏の移住体験ツアー参加者から移住に向けた相談があるなど大好評。

この日は、移住を検討する県内外の4組7人が参加し、一行は市役所周辺施設や空き家物件などを見学しました。

ツアーには、移住希望者の相談に応じる市の定住アドバイザーも同行。自身の移住体験を基にした東御市の良さや不便さなど率直な意見を交わし、ツアー参加者と懇談しました。



すくすく育マ とうみっ子!!

1歳の誕生日おめでとう!(3月生まれ)



のさき にこ
野崎 虹湖ちゃん(布下)
(H28. 3. 7生)

いつも笑顔のニコニコ虹湖ちゃん。パパもママもねねもににもみーんな虹湖ちゃん大好き♡元気いっぱい、大きくなあれ! 1歳のお誕生日おめでとう。



あおき ことね
青木 琴音ちゃん(片羽)
(H28. 3.12生)

こっちゃん1歳おめでとう♡いつも笑顔に元気をもらっているよ♡兄妹仲良く、元気にすくすく大きくなあれ!!!

☆募集します!!☆ (対象者 4月生まれの1歳)

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、企画財政課広報担当までお送りください。締め切りは、3月8日(水)必着。※原則、毎月8日が締め切りとなります。

国民年金 アドバイス

年金の異動届出はお済みですか

3月から4月にかけては就職や退職、引っ越しなど異動が多い時期です。それらの異動に伴い、年金の手続きが必要な場合がありますので、忘れずに届出をお願いします。

なお、届出に必要な持ち物は、あらかじめ各届出先にご確認ください。

こんなときに異動届出が必要になります

■20歳以上60歳未満の方

こんなとき	必要な手続き	届出先
会社を退職した	国民年金に加入する	市役所
就職して厚生年金に加入した	国民年金から厚生年金に切り替える（※1）	勤務先
住所が変わった 氏名が変わった	①厚生年金加入者	勤務先
	②厚生年金加入の配偶者に扶養されている方	配偶者の勤務先
	③上記①、②以外の方	市役所

※1：勤務先への年金の届出とは別に、国民健康保険に加入していた人は、市役所にて脱退の手続きが必要です。

■年金を受給している方

こんなとき	必要な手続き	届出先
住所が変わった	「年金受給者住所変更届」を提出	小諸年金事務所
氏名が変わった	「年金受給者氏名変更届」を提出	

※用紙は市役所にあります。必要事項記入のうえご提出ください。

ご不明な点がありましたら下記へお問い合わせください。

●問い合わせ先

小諸年金事務所 ☎0267-22-1080
市民課 国保年金係 ☎75-8810

税のワンポイントアドバイス

原付・軽自動車の手続きはお早めに!!

軽自動車税は毎年4月1日現在で軽自動車等を所有している方に1年分が課税されます。**廃車、住所変更、名義変更**は年度内に手続きを済ませましょう。

なお、3月末は取扱窓口が混雑しますので、早めの手続きをお勧めします。

取 扱 窓 口

【原動機付自転車】

・125cc以下のバイク ・ミニカー

【小型特殊自動車】

・農耕作業用（トラクターなど） ・特殊作業用（フォークリフトなど）

●税務課 住民税係 ☎62-1111

【軽自動車】

・2輪車（125cc超から250cc以下） ・3輪車 ・4輪車

●長野県自家用自動車協会 上小支部
上田市住吉65番地 ☎22-0595

【二輪の小型自動車（250cc超）】

●北陸信越運輸局長野運輸支局
長野市西和田1丁目35番4号
☎050-5540-2042

※内容により必要書類等が異なりますので、各取扱窓口にて電話確認の上、手続きを行ってください

●問い合わせ先 税務課 住民税係 ☎62-1111

3月の納税（納期限 3月31日）

- 国民健康保険税（普通徴収）（10期）
- 後期高齢者医療保険料（普通徴収）（9期）
- 介護保険料（普通徴収）（9期）

障害年金専門の社会保険労務士による

無料 障害年金相談会

社会保険労務士には専門家としての知恵があります

1 うつ病・精神・知的・発達障害・心の病気等

2 がん・心臓病・糖尿病・脳梗塞・人工透析・人工関節・ペースメーカー・特定疾患等

3 視力・聴力の低下、その他、身体の機能・病状・精神の状態等で、日常生活や労働で制限のある方
※働いていても受給できる場合があります。

4 障害年金の審査請求・再審査請求でお悩みの方

手数料は完全成功報酬ですので受給できなかった場合にはかかりません。お気軽にご相談ください。

事前予約制

場 所 上田市勤労者福祉センター
上田市中央4-9-1

日 時 毎月第一水曜日（変更あり）
13時30分から16時30分

長野障害年金研究会

西澤社会保険労務士事務所
TEL0268-21-7070

社会保険労務士依田謙二事務所
TEL0267-68-7367

芹澤社会保険労務士事務所
TEL0268-75-8931

※諸条件により、請求・受給できないことがあります。

マンゴープリン

(1人分：エネルギー 162kcal・塩分 0.0g)



材 料 (4人分)

マンゴー缶……………200g
砂糖……………20g
牛乳……………130cc
生クリーム……………60cc
ゼラチン……………6g
ミント……………4枚

作り方

- ①マンゴー缶をミキサーにかける。
- ②①と牛乳を鍋に入れ、80℃まで温め火を止める。(鍋のふちがふつふつとするくらい。沸騰させない。)
- ③ゼラチンを振り入れよく溶かす。
- ④生クリームを加えよく混ぜる。
- ⑤型に入れ、冷蔵庫で冷やす。
- ⑥型から出し、ミントをそえる。

ご 芳 志

ご寄附いただき、ありがとうございます。厚くお礼申し上げます。(平成29年1月に寄附をいただいたものです。)

・花岡 尚 様 (防火水槽用地)

公表については、同意をいただいた方のみ掲載しています。

●問い合わせ先 消防課消防施設係 ☎ 62 - 0119

なるほど The ごみ (gomi) No.143

今年度のごみ減量アドバイザー養成講座で6名が講座を修了

今年度、ごみ減量アドバイザー養成講座に6名の方が受講して修了されました。

新たにアドバイザーとなった方には、平成26年度に設立した「東御市ごみ減量3R (リデュース・リユース・リサイクル) 推進委員会」の推進体制のもとで、さらなるごみの減量化資源化に向け、地域における今後の実践活動に期待がされます。

市では、循環型社会の形成を目指し「ごみ減量アドバイザー養成講座」をごみ減量施策の重点事業として位置付け、29年度以降も引き続き開催していく予定です。

大勢の皆様の積極的なご参加をお願いいたします。

受講案内は5月の市報とうみお知らせ版に掲載する予定です。

講座の概要 (28年度)

- 市のごみの現状と課題・廃棄物行政について
- 市内廃棄物処理施設の見学
- 市のごみ分別・資源物について
- 視察 (市外廃棄物処理施設 < 小諸市 >)
- 各班における活動内容の紹介
- 雑紙の回収・エコクッキングについて
- ダンボール式生ごみリサイクル講習会



▲講座のようす

●問い合わせ・お申し込み先
クリーンリサイクル係 ☎ 63 - 6814

不要な農機 買い取り 無料回収 引き受けます。

只今【トラクター・管理機】買取強化中!! まずはメーカー名・機種・型式をご連絡ください。

お気軽にお電話ください

0268-62-5262

営業時間
10:00~16:00 (土日祝除く)

★訪問回収も承ります! ご相談ください
(※別途出張料がかかります)

注意

※場合により、処分費用がかかります。
※家電商品・タイヤ・ゴムクローラ単体などはお引き受けできません。
※農機の状態や程度によっては買取れない場合があります。予めご了承ください。

メーカー不問
査定完全無料



株式会社 唐沢農機サービス



▲ことばの力の重要性を語る樋野教授

がんの理解を深め、豊かな人生を がん哲学外来シンポジウム

1月26日、市中央公民館で順天堂大学医学部の樋野興夫教授を迎え、「がん哲学外来シンポジウム」を開催しました。

樋野教授は、「がん患者らは、悩みや不安を抱え居場所を失っている人が多い。ことばが持つ力によって医療とのすき間を埋めることが大事」とがん哲学外来を始めたきっかけを話しました。

講演後には、樋野教授を交え、花岡市長らとパネルディスカッションを実施。がん患者が尊厳をもち安心して暮らせる社会の実現や子どもへの「がん教育」の必要性などを語りました。

声を掛け合い、助け合おう 上小地域の安全・安心まちづくり地域大会

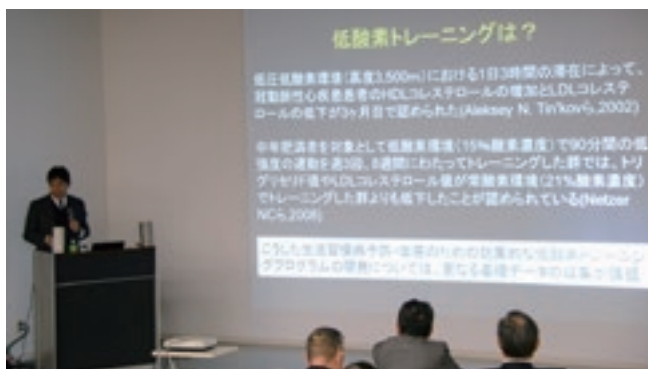
2月5日、市文化会館で「上小地域の安全・安心まちづくり地域大会」が開かれました。

この大会は、住民の防犯意識向上と安全な地域を目指し開催されたものです。

まず、北御牧小学校音楽クラブが詐欺にあわないためのポイントをまとめた特殊詐欺防止を呼びかける歌を披露し、式典が開会しました。また、上田千曲高等学校の演劇班も特殊詐欺や悪徳商法の手口を紹介する劇を上演。参加者は、歌や劇を通じて自分や地域の防犯力を再確認する1日となりました。



▲特殊詐欺防止の歌を披露する北御牧小学校音楽クラブ



▲高地トレーニングの効果を説明する杉田さん

高地トレーニングの理解を 深めるための学習会

2月9日、市中央公民館で「高地トレーニングの理解を深めるための学習会」が開催され、三重大学教授の杉田正明さんが講演しました。

今まで関わってきた選手の資料を元に、高地トレーニングが選手に与える効果が説明されました。「高地でトレーニングすると選手により影響を与えるし、地元で練習した選手を応援することは街おこしの側面もある」との話に、集まった人たちはメモを取りながら熱心に聞き入っていました。

とうみユニバーサルスポーツクラブが表彰 ボッチャ交流大会も開催

2月13日、障がい者スポーツを推進するとうみユニバーサルスポーツクラブが「運動器の10年・日本賞」の最高賞である「日本賞」受賞を花岡市長に報告しました。この賞は、健康増進活動の独創的かつ優れた取り組みを表彰するもので、選考者からは、「ボッチャを通じて、障がい者等が健常者と一緒にスポーツを楽しむ環境を作り上げた」と高い評価を受けました。

18日には、北御牧中学校体育館で同クラブが主催するボッチャ交流大会が開催。約60名が参加し、ボッチャを楽しみました。



▲楽しみながらボッチャに取り組む参加者





▲成果品を味わう参加者

とうみはこんなに素晴らしい！ 市雇用創造協議会成果品発表・報告会

2月14日、レストランオラホを会場に「東御市雇用創造協議会成果品発表・報告会」が行われました。

最初に、市内飲食業者を中心とした参加者へ今年度実施したモニターツアーやワインに合う商品開発の経過などを発表。その後、行われた成果品の試食会では、米粉やとうもろこしの生地を薄くクレープ状にしたガレットやくるみのデザートなどが振る舞われました。

参加者からは、「トッピングの組み合わせによって、可能性が広がる。今度活用してみたい」などの声が上がりました。

御堂地区荒廃農用地復旧事業 安全祈願祭・起工式

2月17日、祢津の御堂地区で「御堂地区荒廃農用地復旧事業安全祈願祭・起工式」が行われました。

この事業は県が事業主体となり、荒廃地化した桑畑を復旧し、約28haのワイン用ブドウ畑として整備するものです。

総事業費は9億9,000万円、完成予定は平成31年度で、地元推進委員会からは「事業によりこの地区が新たな観光地になればいい。ゆくゆくはワインの醸造までいければ」と期待の声が聞かれました。



▲安全祈願祭のようす

長時間のスマホは体力学力のロス ネットリテラシー講演会

2月19日、市中央公民館でネットリテラシー講演会「スマホ社会の落とし穴」が小児科医の内海裕美さんを講師に迎えて開催しました。

講演で内海さんは、スマホなどのメディア機器を長時間使うことで、体を動かす直接体験の減少や睡眠時間不足など学力や体力の成長に必要な時間のロスを指摘。その上で、「安易にメディア機器で子どもをあやさないで欲しい。子どもとのアイコンタクトやスキンシップが大事」と子どもと親が一緒に過ごす時間の大切さについて話しました。



▲スマホの子どもへの影響を説明する内海さん



2・14
▼死亡事故ゼロ200日
達成伝達式



2・5
▼男女共同参画のつどい

2・4
▼交通安全団退団式

できいい短信

おらほの Vol.12 スタジオ通信



とうみケーブルテレビスタッフ

とうみケーブルテレビは、市の行政情報や地域の身近なニュースなど地元に着目したケーブルテレビ局です。今回はスタッフの皆さんに、取材の苦労話、やりがい等制作の裏側を聞きました。

●1日(1週間)の流れを教えてください。
[Weekly:ウィークリーとうみ]では、東御市の1週間の出来事をお伝えしています。地区や年代層、内容のバランスを考えながら、今週はどんな話題を取材するかをスタッフみんなで打合せします。1つ1つの話題は、撮影から編集までほぼ一人で担当。取材から戻ると、原稿を書いて編集して…と毎日の繰り返しです。

ウィークリーとうみは毎週金曜日に更新するので、木曜日はスタッフ一同編集作業に大忙し!なんてことのないように、余裕を持って仕事をしたいですね。

●仕事のやりがいや嬉しかったことがあれば教えてください。
「仕事のやりがいや嬉しかったことがあれば教えてください。」

思い出に残る番組を作りたい!

とうみケーブルテレビ

- 取材では園児や児童など、子どもたちと会う機会がたくさんあります。子どもたちの無邪気な笑顔や元気な姿にいつもパワーをもらっています!
- 「いつも見てるよ!」と声をかけてくださる市民の方がたくさんいます。嬉しい気持ちと同時に、きちんとした放送をしなければと身の引き締まる思いです。
- 学校行事の撮影は喜んでもらえることが多いですね。その時だけでなく、大きくなってから何度か見てももらえるように思い出に残る番組を作りたいです。
- 取材でのちょっとした失敗談はありますか? ちよとした失敗から、大きな失敗までたくさんありすぎてお伝えしきれません(苦笑)
- 取材を通じて知った東御市のおすすめスポットがあれば教えてください。
季節によって変化する芸術むら公園や東御中央公園。
おいしいグルメや雷電パワフル全開の「道の駅雷電くるみの里」。
ワイン畑からみた壮大な景色。まるでフランスのよう♡と妄想します(笑)



ウィークリーとうみの収録風景

編集後記

毎年好評のもうすぐ1年生、各園を周って写真を撮らせていただきました。園児の顔の向きや目線がなかなか揃わず、集合写真の難しさを実感。先生方にご協力いただき、撮ることができました。ありがとうございました。(市報担当 長岡)

市のデータ

人の動き (2月1日現在)

世帯数	転入	58人
11,840世帯(+2)	転出	68人
総人口	出生	12人
30,558人(-28)	死亡	28人
男 15,089人(-8)	その他	2人減
女 15,477人(-20)		

※カッコは前月対比

こちら119 (東御消防署)

=1月の火災・救急件数=

※カッコ内は平成29年1月からの累計

火災 0件(0件)

救急 105件(105件)



たき火を実施する際は消防署へ連絡し、水バケツなどを用意しましょう。

東御消防署 ☎62-0119

市内交通事故統計 1月分 平成29年1月31日現在

	当月分	累計 (注1)	前年比
件数	9件	9件	-8件
傷者	10名	10名	-12名
死者(注2)	0名	0名	0名

(注1) 平成29年1月からの累計

(注2) 事故発生後24時間以内の死者数

とうみの気象記録 (観測地点:東御消防署)

	平成29年1月	平成28年1月
最高気温	10.9℃(29日)	14.2℃(4日)
最低気温	-11.4℃(25日)	-12.1℃(26日)
平均気温	-0.2℃	-0.3℃
降水量	29.0mm	54.0mm

※平成27年11月分から新しい観測システムによるデータを掲載しています。