



市花・レンゲツツジ

市報
No.134

とらみ 6

TOMI CITY
2015
月号
June



- マイナンバー制度が始まります 2~3
- 「とらみプレミアム付商品券」を発行します 4

歴史と自然を感じる
百体観音ふれあいウォーク

〔5月17日撮影、17ページに関連記事〕

が始まります

1

●問い合わせ先 市民課 市民係 ☎75-2007

「行政手続における特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律」（マイナンバー法）が平成25年に公布され、個人番号を利用した「社会保障・税番号制度」の導入が決まりました。市ではこの法律に従い、今年の10月から予定されている個人番号の通知に向けて準備を進めています。

本制度について市民の皆さんに理解を深めていただくため、今月号から複数回にわたって制度概要などをお伝えしていきます。

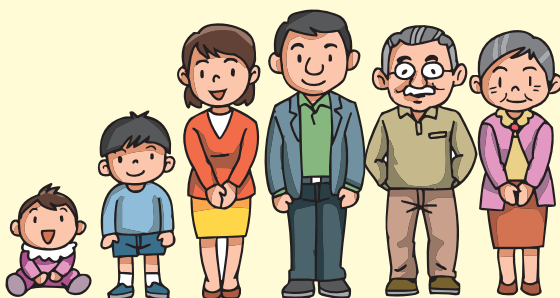
「マイナンバー」とは

マイナンバーとは、国民一人ひとりに付される12桁の個人番号※です。複数の機関がそれぞれで管理している個人情報、同一人のものとして特定するための基盤として導入されます。

なお、マイナンバーは、漏えい等により不正に使われるおそれがある場合を除き、生涯変更されることはありませんので、大切にしてください。

※法人には13桁の法人番号が付けられます。

マイナンバーは1人に1つ。



ポイントを解説するよ。

マイナンバー

マイナンバーイメージキャラクター
愛称：マイナちゃん

マイナンバー制度の導入で期待される3つの効果

公平・公正な社会の実現

所得や行政サービスの受給状況を把握しやすくなり、本当に困っている方にきめ細かな支援を行うことが可能になります。また、不当に負担を免れることや不正受給を防止できます。

行政の効率化

様々な情報の照合や転記、入力などに要する時間や労力が大幅に削減されるほか、複数の業務間での連携が進み、作業の重複などの無駄も解消されます。

国民の利便性向上

行政手続などに必要な添付書類が削減され、負担が軽減されます。また、行政機関が管理する自分の情報の確認や、行政機関から様々なサービスのお知らせを受け取ることも可能になります。

「マイナンバー制度」のメリット

現在、住民票コードや基礎年金番号、介護保険の被保険者番号のように、行政機関が個人を特定するための番号は複数存在しています。このため、異なる分野や機関の間で横断的に個人を特定するのは容易なことではありません。これを1つの番号で統一することで、行政の手続きが効率化され、国民にとって利便性の高い、公平・公正な社会の実現が期待されています。

マイナンバー制度

(社会保障・税番号制度)



市役所



マイナンバーの通知
(平成27年10月以降)



市民



住民票の住所へ世帯ごとに
マイナンバーが通知されます。

【注意事項】

・国外に滞在し、住民票のない方にはマイナンバーは付番されません。帰国して住民票が作成される際にマイナンバーの指定や通知が行われます。
・外国籍の方でも、中长期在留者や特別永住者などで住民票がある場合には、マイナンバーが付番されます。
・「通知カード」は紙製のカードを予定しており、氏名・住所・生年月日・性別・マイナンバーが記載されます。

今年の10月以降、市に住民票を有するすべての方に、1人1つのマイナンバーを記した「通知カード」を簡易書留にて送付します。
住民票の住所と異なるところにお住まいの方は、住民票の異動手続きを行ってください。

平成27年10月から
マイナンバーを通知します

ご不明な点は マイナンバーの コールセンター

(全国共通ナビダイヤル)

☎0570-20-0178

※平日9時30分～17時30分(土日祝日・年末年始を除く)

※ナビダイヤルは通話料がかかります。

最新の情報は マイナンバーの ホームページ

<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/>

マイナンバー

検索

マイナンバーが必要になる主な行政手続

社会保障

- ・年金の資格取得や確認、給付
- ・雇用保険の資格取得や確認、給付
- ・ハローワークの事務
- ・医療保険の保険料徴収
- ・福祉分野の給付、生活保護など



税

- ・税務当局に提出する確定申告書、届出書、調書などに記載
- ・税務当局の内部事務など



災害対策

- ・被災者生活再建支援金の支給
- ・被災者台帳の作成事務など



※マイナンバーは社会保障、税、災害対策の3分野の中でも、法律や地方公共団体の条例で定められた行政手続にしか使えません。

マイナンバー制度の運用がスタートするのは来年1月からです。
これにより、社会保障、税、災害対策の3分野における行政手続でマイナンバーが必要になります(左表参照)。

平成28年1月から
マイナンバー制度を運用します

地域をもっと元気に!

「とうみプレミアム付商品券」を発行します

エネルギー価格の高止まりや物価上昇などにより、人々の消費意欲が弱くなっている今、地域の消費喚起など景気の脆弱な部分に的を絞った対策が求められています。

こうした状況の中、地方公共団体が行う地域における消費喚起策や生活支援策に対し、国の交付金が充てられることになりました。

市では、地域経済の活性化と市民の生活支援を図るため、この交付金を活用して総額2億1,980万円の「とうみプレミアム付き商品券」及び「東御市生活応援商品券」を発行します。

とうみプレミアム付商品券

額面1,000円の商品券12枚綴りを1万円で販売します。販売総数は1万6,650セットで、発行総額は1億9,980万円になります。

なお、商品券12枚綴りの内訳は、中小加盟店のみで利用できるものが8枚、大型店を含むすべての加盟店で利用できるものが4枚になっています。

■使用可能店舗

市内で小売や飲食、建設、サービスなどの事業を営む店舗。ただし、取扱加盟店以外では使用できません。

■販売開始

平成27年7月5日(日)

■販売場所

東御市商工会(田中178-2)

午前9時から午後5時まで

※7月5日(日)のみ、市中央公民館で販売します(午前9時から正午まで)。

■有効期限

平成27年12月末日まで

●問い合わせ先

東御市商工会 ☎75-5536

商工観光課 商工労政係 ☎67-1034

東御市生活応援商品券

市内の低所得者及び子育て世帯の対象者1人につき、「東御市生活応援商品券」として2,000円分のとうみプレミアム付商品券を交付します。

■交付対象者

本商品券は、平成27年度臨時福祉給付金及び子育て世帯臨時特例給付金の対象者に交付します。

なお、対象と思われる方には、市から申請書※をお送りします。審査のうえ、交付決定者には郵送で商品券をお届けします。

※申請書は、臨時福祉給付金または子育て世帯臨時特例給付金の申請を兼ねたものになっています。



●問い合わせ先

福祉課 福祉推進係 ☎64-8888

※詳細については、随時市報とうみお知らせ版に掲載します。

待望の市道田中・西海野線

「海野バイパス」が完成

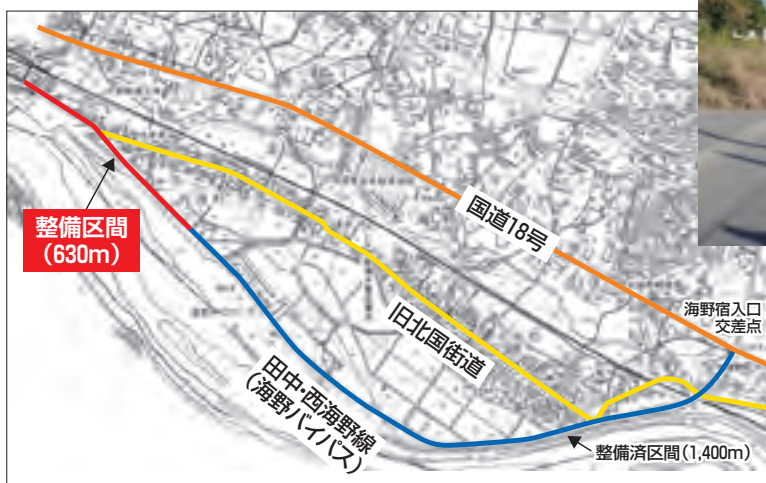
●問い合わせ先 建設課 土木係 ☎64-5917

市が平成22年度から5カ年にわたり「都市再生整備計画事業海野地区」の基幹事業として整備を進めてきた、市道田中・西海野線（海野バイパス）が4月1日に開通しました。5月7日には現地で竣工式を行い、関係者がテープカットをして待望のバイパスの完成を喜びました。

このバイパスは、海野地域を東西に貫く旧北国街道の交通量を減らし、地域住民のより一層の安全・安心の確保を図るために整備したもので、整備区間は西海野公民館前から上田市境までの630m。国道18号海野宿入口交差点から同公民館までの整備済区間（1400m）と合わせて、全長約2kmのバイパスが全線で開通しました。これにより、海野宿を歩く人の安全が確保されたほか、新設した海野宿第2駐車場と併せて海野宿観光の利便性が向上し、誘客効果も期待されています。



▲関係者によるテープカット



▲着工前



▲完成したバイパス



▲千曲川ワインバレー特区調印式

ワイン特区とは、国の構造改革特区のうち、酒類製造免許に係る最低製造数量基準を緩和するもので、当市では平成20年に単独で認定を受けています。以後、市内ではこれが契機となって小規模ワイナ

東御市、上田市、小諸市、千曲市、立科町、青木村、長和町、坂城町の8市町村は5月8日、共同で「ワイン特区」の認定を目指すことで合意し、上田市丸子地域自治センターで申請書の調印式を行いました。

8市町村共同で 広域ワイン特区を申請

広域連携によるワイン振興を！



今回の申請により、当市を含む8市町村の広域特区が実現すれば、エリア内での原料の融通が可能になるほか、委託醸造も増え、小規模ワイナリーの経営安定が図られるものと期待されます。また、県の「信州ワインバレー構想」に位置づけられる「千曲川ワインバレー」のエリア内で連携すること、ブランド力の強化も図られます。

なお、特区の申請名称は「千曲川ワインバレー（東地区）特区」で、認定は7月中を見込んでいます。

●問い合わせ先

農林課 農政係
☎64-5894

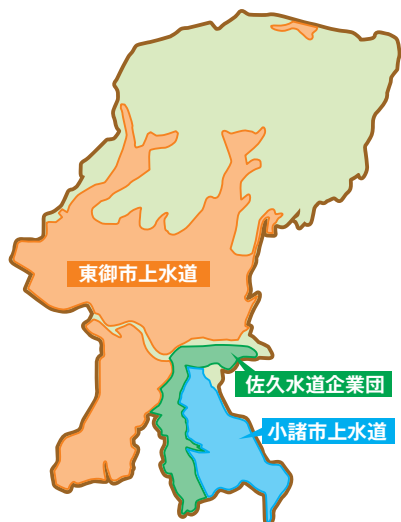
水道水の大切さについて 考えてみませんか

6月1日から7日は
水道週間です

6月1日から7日までの1週間に
わたり、第57回水道週間が実施され
ます。

この水道週間は、国民の水道に対
する関心を高め、水道事業のさらな
る発展に資することを目的に、国や
県、市町村の水道事業者等によつて
毎年実施されているもので、全国で
様々な広報活動等が行われます。

今年の水道週間のスローガンは、
「カラカラで 蛇口に飛び込む 僕
の口」。この機会に、私たちの生活
に欠かすことのできない「水道水」
の大切さについて考えてみません
か。



市内の水道事業者

市内には、次の3つの水道事業者
があります。

東御市上水道

給水エリア…田中・滋野・祢津・
和地区、八重原、羽毛山
☎ 64-5884

佐久水道企業団

給水エリア…布下、島川原、大日
向、下之城
☎ 0267-62-1290

小諸市上水道

給水エリア…御牧原
☎ 0267-22-1700

各手続きやご相談等につきまして
は、お住まいの地域に給水を行う水
道事業者へお問い合わせください。

市議会第1回臨時会 11議案を提案

市議会第1回臨時会が5月12日に
開かれました。

今臨時会には、平成26年度一般会
計、特別会計補正予算の専決処分、
各種条例の一部改正の専決処分、人
事案件、平成27年度一般会計補正予
算など11議案が提案され、質疑等が
行われた結果、全て原案どおり承認
または同意、可決されました。

なお、今臨時会の詳細につきまし
ては、8月発行の「市議会だより」
に掲載されますのでご覧ください。



●問い合わせ先
議会事務局 ☎ 64-5810

新教育委員会制度に基づく 教育長を任命しました

4月1日施行の改正地方教育行政
法（略称）に基づき、教育委員長と
教育長を一本化した新「教育長」（任
期3年）に牛山廣司氏（5月18日に

教育委員を退任）を5月19日付けで
任命しました。
また、任期満了を迎えた下村征子
教育委員を同日付けで再任しました。



教育長

牛山 廣司氏(片羽)
任期／平成27年5月19日
～30年5月18日まで



教育委員(再任)

下村 征子氏(大川)
任期／平成27年5月19日
～31年5月18日まで

図書館へ行こう

6月のテーマブックス

【家族】

いつも、ありがとう

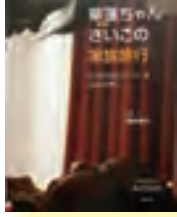
●あなたが生まれた日

リンダブックス編集部・編著
泰文堂



●華蓮ちゃんさいごの家族旅行
「いのちのバトン」をみなの手に

國森 康弘・写真・文
農山漁村文化協会



6月の開館日

(赤丸の日が休館日です。)

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	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				

開館時間 平日／9:00～18:30
土・日・祝日／9:00～17:00

新着本案内

一般書

●防災・減災につなげるハザード

マップの活かし方

……鈴木 康弘・著

●抗う島のシュプレヒコール

OKINAWAのフェンスから

……山城 博明・著

●ハンドメイドの素敵なブレスレット

……aYa・著

●人間のしわざ

……青来 有一・著

●妻と娘二人が選んだ「吉野弘の詩」

……吉野 弘・著

児童書

●思春期

……小手鞠 るい・作

●まてまてタクシー

……西村 敏雄・作

●チョコちゃん

……柳月 美智子・作

●おばあさんのひっこし

……白根 美代子・絵

●のつていこう

……木内 達朗・作

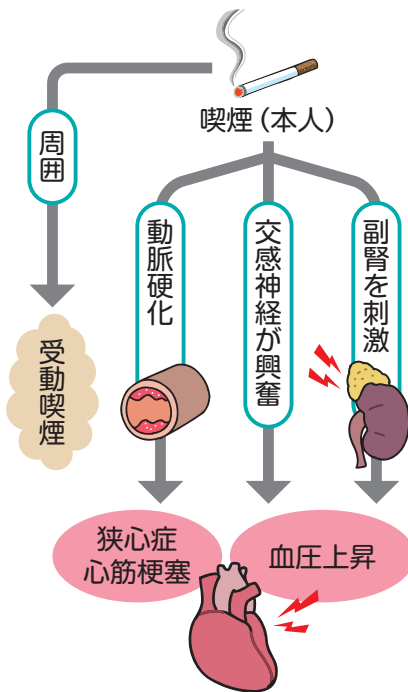
生き活き 長生き健康とうみ

高血圧予防編3

今月は血圧を上げる原因となるタバコについてお伝えします。

喫煙により血圧が上がる!?

タバコに含まれるニコチンは、腎臓の上にある副腎を刺激し、血管を収縮させるホルモン（アドレナリンやノルアドレナリン）をたくさん分泌させます。血管が収縮することで、心臓が今まで以上の力で血液を送り出すことになり、血圧が上昇します。具体的数値で言うところ、タバコ1本吸うことで血圧が10～20 mmHg上昇します。朝の起き抜けの1本となると30～50 mmHgも血圧が上昇すると言われています。また、喫煙によって肺に多く吸い



禁煙のすすめ

喫煙は、「百害あって一利なし」と言われるように、血圧の上昇や発がん性等の害ばかりで、良いことは一つもありません。また、吸っている本人だけでなく、周りの人へも悪影響を及ぼします。ぜひ、禁煙で血圧の安定を図りましょう。

さらに、喫煙は動脈硬化の原因の1つでもあります。タバコには強い酸化作用があり、血液中のLDL(悪玉)コレステロールを酸化させます。この酸化LDLコレステロールは血管の壁に入り込んで血管の内側を狭くし、動脈硬化を進行させます。

健康保健課
健康増進係
☎64-8883



公民館報 東御

2015年
6月号



編集●生涯学習課 生涯学習・スポーツ係 ☎64-5885

分館報コンクール受賞分館

平成26年度分館報コンクールの入選作品と講評を紹介します。

★最優秀賞

中屋敷分館



- ・タイトル、見出しが工夫されている。
- ・読みやすく構成もしっかりされている。

☆入賞

桜井分館



- ・紙面の構成が良い。
- ・オーソドックスな紙面配置がされ、読みやすい。

☆入賞

海善寺北分館



- ・オーソドックスな紙面で写真配置が良い。

☆優秀賞

乙女平分館



- ・手作り感があって良い。
- ・活字や写真のバランスが良く、紙面が見やすい。

☆入賞

大石分館



- ・文面が見やすく構成されている。
- ・地域を見直す編集内容が良い。

分館長研修会



▲分館報コンクール受賞分館

新年度早々の4月11日に、恒例の分館長研修会と分館報編集担当者研修会を中央公民館講義室で行いました。

本年度の市分館長会長に本下之城の小宮山直樹さん、副会長は加沢の山浦利通さん、中屋敷の唐澤邦芳さん、金井の白井久美男さん、東深井の押金孝さんが選ばれ、全体会で紹介しました。

このほか平成26年度の分館報コンクールの表彰も行い、「見出しのクオリティーの高さが見受けられた」「伝えたいことははっきり訴えかけてくる見出しも見受けられた」「地域の話題が入っていてよかった」「手書き部分に温かみが出ていた」等の全体好評を紹介しました。

受賞分館の個々の紹介については上段をご覧ください。全体会に引き続き地区毎の打ち合わせ会を開き、本年度の年間計画や、分館交流球技大会の準備、分担についての話し合いが持たれました。

また、引き続き開かれた分館報編集担当者研修会では、和地区館の深井館長を講師に分館報の作り方について具体例を通して学び合いました。

新しい体制の下、いよいよ本年度の公民館活動が始まりました。地域に根ざした活発な分館活動が望まれます。

地区公民館の活動

学びに集う

生涯学習講座開講

東御市公民館では、平成27年度の生涯学習講座開講式が順次行われ、共に学び話し合える仲間の輪としての活動が始まりました。

新たな講座もあり、年々参加される人数も増えてきています。「継続は力なり」。一年を通してそれぞれの目標達成が期待されます。

中央公民館

中央公民館では、17日に開講式が行われ、合計36の講座が5月から2月までの予定で始まり

ました。延べ参加人数は336人で、「基礎から始めるパン講座」「脳トレ麻雀」「雛の吊るし飾り教室」「体力アップ」など新規の講座もあり、昨年より30人ほど多くの方々にご参加いただいていた学びが、始まりました。



滋野地区

滋野公民館生涯学習講座開講式が、4月22日に200人の参加の下に開催されました。滋野の開講式は、オープニングセレモニーとして恒例となっている唱歌童謡・正調小室節の披露から始まり



▲開講式のオープニングセレモニー

祢津地区

祢津公民館では、4月23日に生涯学習講座の開講式が行われ、24講座がスタート。323人が講座に参加します。

本年度新たに「木版画」と「合唱を楽しむ会」の2講座が開講しました。



和地区

桜吹雪が舞う4月21日、和公民館生涯学習講座の開講式が行われました。

本年は、「書道入門」「笑って健康&らくらくストレッチ」「水墨画」の3講座を含む18講座が開講。参加者は209人、新年度に向けたすがすがしい表情が印象に残りました。



北御牧地区

北御牧公民館の生涯学習講座は14講座。170人の参加者があり、4月24日に開講式が行われました。

今年から、新たに「野菜づくり」と「そば打ち」の2講座が始まりました。写真はさっそく行われた「野菜づくり」の講座の1コマです。



公民館長のねがい

当たり前が感謝に変わる

「公民館で勉強をさせて頂き、お蔭様で大学に合格することが出来ました。ありがとうございました」と保護者からのお礼がありました。

中央公民館では幼児・児童、生徒、学生が来館してくれることを願い工夫しています。その一つとして使用予定が無い学習室を開放しています。公民館としては当然のことをしているに過ぎませんが、「利用者にとっては、当たり前が感謝に変わることを改めて気づかされたお知らせでした。

生涯学習は、ある事象を通して人と出会い、自己の充実・啓発や生活の向上のために主体的に学習するねらいがあります。そんなねらいのお手本です。

公民館Q&A

Q ▶ 図書館が休みの時、自習ができるような部屋はありますか？

A ▶ 中央公民館が開館している日（年末年始は休館になります。）には、「自習室」を設けています。お互いに静かに学べるよう、マナーを守ってお使いください。
通常は午後4時～10時まで使用できます。

今後の催し物の案内

6月 7日(日)	分館交流球技大会	(田中地区)
6月28日(日)	//	(祢津地区)
7月 5日(日)	//	(滋野地区)
7月26日(日)	//	(北御牧地区)
8月15日(土)	平成27年度成人式	(中央公民館)

すくすく育とうみっ子!!

誕生日おめでとう!(6月生まれ)



みやさか あおい
宮坂 碧惟くん(睦)
(1歳、H26. 6. 3生)

あっくん1歳おめでとう♥♥これからニコニコ笑顔がかわい
いあっくんできてね😊すくすく大
きくなあれ♥



あさい しんたろう
浅井 信太郎くん(奈良原)
(1歳、H26. 6. 8生)

信太郎の笑顔を見るだけで、家
族みんなが毎日幸せになってい
るよ♥これから毎日笑顔いっ
ぱいで元気に大きくなってね♥

☆募集します!!☆

(対象者 7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、6月10日(水) 必着。

最近、どんな遊びを
していますか?
天気の良い日は外で野球の
練習やサッカー、自転車、公
園の遊具でのびのびと遊びま
す。また、天気の悪い日や夕
食後の団らん時は、家で相撲
やカードゲーム、ストレッチ
や腹筋等の運動遊びを兄弟全
員で楽しんでいます。

今日は、田中保育園の井戸
田直輝くんとお母さんのお母
さんにお話を伺いました。



新しい発見は
ありましたか?
今までできなかったことが
できるようになったり、頭を
使う遊びでは駆け引きができ
るようになったりしてきたと
感じます。「もっと上手くな
りたい」、「いい記録を残した

遊ぶときは周囲の気配りや
危険がないか、大人だけでな
く子どもと一緒に危険予測を
したり、話し合ったりしなが
ら遊んでいます。



い」という前向きな気持ち
が強くなってきたので、何事も
上達が早いです。
子ども達は何事にも全力で
とにかく楽しそうです。親と
しては子どもたちの成長を見
逃したくないので、ある意味
目が離せません。

東御中央公園で5月9日、
子どもたちの自主性や創造性
などを育む恒例行事「子ども
フェスティバル」(実行委員会
主催)が開催されました。
芝生広場には、育成会や市
商工会などの各種団体による
様々な体験コーナーが設けら
れ、子どもたちは地域の大人
の指導を受けながら、真剣な
表情でストーンペイントや竹
笛作りなどに取り組んでいま
した。



▲ストーンペイント

第12回子どもフェスティバル開催

市勤労者会館で4月25日、
東御市交通少年団第36期生
(小学校5年生)の入団式を
行いました。
交通少年団は、市内の各小
学校から選ばれた5・6年生
の児童で構成され、今年度は
35期生21名と36期生28名の総
勢49名で、交通安全の啓発活
動などに取り組みます。
この日は式典の後に規律訓
練を行い、新入団員は真剣な
表情で基本の姿勢や動作を学
びました。



▲基本の動作を学ぶ新入団員

交通少年団入団式を行いました

学校だより



ぼくたちの

北御牧小学校

北御牧小学校六年

町田 多朗

四月十五日に今年はじめての児童集会がありました。

児童会の歌をうたってから、「ニコニコ宣言」の読み合わせをしました。「ニコニコ宣言」は、ぼくたちの先輩が考へて作ったもので、北御牧小学校の伝統になっています。「ニコニコ宣言」には、六つの言葉がありますが、中でもぼくが大切にしたいと思うのは、「誰にでもうれしくなる言葉かけをかける」です。うれしくなる言葉かけ合えば毎日の学校生活を楽しく送れると思います。これから「ニコ

ニコ宣言」をみんなの合い言葉として大切に守っていききたいです。

また、北御牧小学校にはベッツィちゃんという人形がいます。アメリカのギューリック三世さんから、日本とアメリカの友好を願って贈られてきた人形です。ぼくたちの学校では、入学式や児童集会をベッツィちゃんと一緒に行っています。

これからもみんなが仲良くなれるような児童会にしていきたいと思っています。

中学生になって

がんばりたいこと

北御牧中学校一年

村田 夏澄

私は、中学生になってずっと前から決めていた「勉強と部活を両立させる」という目標をがんばりたいです。勉強は、小学校の時より難しくなると聞いたし、量も増えるから、どちらかにかたよってしまいがちだけど、両立させている先輩方は、とてもかっこよくてあこがれます。これからのことを考えてどっちもがんばりたいです。この目標を達成できたら三年間がとても

充実したものになると思うからです。

この目標を胸に新しい中学校生活が始まった入学式では、たくさんの人に迎えられるとても緊張したけど、その分うれしかったです。教室では新しい仲間と三年間でたくさん思い出を作りたいと思いました。

校長先生がおっしゃったように、私たちの一つ一つの活動には、「新しい」や「初めて」という言葉がたくさんつきます。その分不安も大きいくけど早く北御牧中学校に慣れて、いろいろなことに挑戦したいと思っています。



おいしいヘルシークッキング

101

野菜100g みそ汁

(1人分: エネルギー 60kcal・塩分1.2g)



減塩ポイント

- ① 具を多く、汁を少なくすることで塩分を減らすことができます。
- ② きのこと類は水から煮ると甘みが溶け出すので、薄味でもおいしい汁になります。

材 料(4人分)

煮干8g
野菜・きのこ 400g
みそ (塩分12.4%) 36g
水400mL

作り方

- ① 煮干の頭と内臓を取り除き、分量の水を入れた鍋に入れる。
- ② 野菜やきのこを食べやすい大きさに切り、鍋に入れて火にかける。
- ③ 具材が煮えたら、分量のみそを入れて火を止める。



▲野菜 400g

一口メモ

野菜は、1日に350g以上食べることが推奨されています。

この1杯(1人当たり)で100gの野菜を摂ることができますので、ぜひお試しください。

『消費生活ガイド』 クーリング・オフって何？



皆さんは「クーリング・オフ」という制度をご存知ですか。「何となく知っているけれど、どのような時に適用できるのかしら…」という方も多いのではないのでしょうか。

クーリング・オフとは、消費者に対して契約後に冷静になって考え直す時間を与え、一定期間内であれば無条件に契約を解除することができる特別な制度です。契約は「売ります」「買います」というお互いの合意により成立し、いったん契約が成立すると一方的に解約できないのが原則です。しかし、冷静に考える余裕もないまま契約してしまいがちな訪問販売や電話勧誘については、一定期間内（訪問販売や電話勧誘販売の場合は契約書を受け取った日を含め8日間、連鎖販売いわゆるマルチ

商法は20日間）であれば無条件で契約を解除できる例外が設けられています。ただし、クーリング・オフの対象にならない商品等もありますので注意が必要です。

なお、日常よく利用する店舗での買い物や通信販売（ネットショッピングを含む）については、じっくり考えてから購入できるため、クーリング・オフの適用はありません。ただし、通信販売の場合は、事業者が独自に解約や返品についてのルールを設けている場合もあります。契約の前に返品ルールの有無と、その内容をしっかりと確認しましょう。

生活環境課生活安全係では、専門の消費生活相談員が相談に応じています。お気軽にご相談ください。

●問い合わせ先

・生活環境課 生活安全係

☎ 64-5896

・消費生活相談員専用ダイヤル

☎ 090-5580-1702

※月々金（年末年始、祝日を除く）
午前8時30分～午後5時まで

・長野県東信消費生活センター

☎ 27-8517



6月は「まちを きれいにする月間」です

6月は「環境月間」です。期間中は、関係省庁や地方公共団体等により、全国で環境をテーマにした様々な取り組みが実施されます。

市でも6月を「まちをきれいにする月間」とし、市内の美化活動を推進しています。ぜひ、皆様のご協力をお願いします。

月間中に出た 刈り草の処分方法

月間中の
取り組みと
して、市内
各地で道路
沿いや河川
等の雑草の
刈り払いが
行なわれま
すが、刈り
草は「燃や





なるほど The ごみ (gomi) No.127

クリーンリサイクル係
☎ 63-6814

せる「ごみ」になります。指定袋に入れてごみステーションへ出すか、またはクリーンセンターへ直接持ち込むこともできますが、堆肥として土へ戻すなど、環境に配慮した方法を考えてみましょう。

ごみの3Rにご協力ください

市ではごみの減量化を図るため、月間中にごみの「3R」について啓発を行っています。3Rとは、次の3つの英単語の頭文字をとったものです。イラストに示す優先順位を参考に、身のまわりで3Rが実践できそうなものを見つけてみましょう。

- ① Reduce
(リデュース＝発生抑制)
- ② Reuse
(リユース＝再使用)
- ③ Recycle
(リサイクル＝再生利用)



▲ 3Rの取り組む順番を示しています

心の眼 (133)

人権同和教育指導委員

柳沢富美子

心眼を開いて



「心の眼」も今回で133回になりました。1回目の冒頭に次の事が書かれていました。「表題の『心の眼』は心眼からとりました。心眼とは『外見にごまかされずに物事を見抜く心の動き』のことをいいます。人権を考えていく上でも重要です」と。辞書にも心眼とは「物の大事な点を見通す、鋭い心の動き」とあります。そんな心眼という言葉が彷彿させられた出来事がありました。

後日寄せてくださった感想文です。5年生の時に、差別のことを学校で習いました。その時に、みんなが人権センターで差別の話などを聞きに行ったと聞いて、私はその時にお話を聞けなかったもので、人権センターに行ってみたいと思って、おばあちゃんに連れて行ってもらいました。

~~~~~

父親の海外勤務が終わり、昨年の2学期から市内の小学校に通い始めた6年生のA子さん。この春休みに祖母と一緒に東部人権啓発センターを訪れてくれました。理由は昨年の人権教育の授業中、級友たちの話に出た、人権センターで聞いたという差別の話に、ずっと引つ掛かるものがあり、祖母に聞いていたとのこと。A子さんの級友は、3年時に人権センターへ見学に来ました。祖母の方から相談を受け、今回の訪問になった訳です。本来なら聞き流してしまいう級友の話にA子さんの心眼が開か

れたのでしょうか。差別の話は他人事とは捉えずに、自分の耳で直に確かめたいという思いがあったのではないのでしょうか。

そこで私が思ったのは、差別は絶対にしてはいけないということです。自分の国の人じゃなくても、はだの色が違って、みんな同じ人間だということを感じました。それから天国と地獄の話聞いて、天国にいる人たちは、他の人のことも考えられる人たちのいる場所、地獄にいる人たちは、自分のことしか考えない人たちがいる場所だということがわかり、私も天国に行けたらいいなと思

いました。自分が知らなかったことを勉強できてとても良かったです。

~~~~~

海外で暮らしてきたA子さんの琴線に触れるものがあつたのでしょうか。こうした人権感覚を小さい頃から大事に育てていきたいものです。連載されている「心の眼」を、家族の問題に上らせていただければ幸いです。

今年度の人権同和教育指導委員を紹介します！

会長 大西 道夫
副会長 森泉 和雄
委員 大居 壽美子
小山 隆文
白石 幸男
眞壁 善之
町田 勝
峯村 修平
柳沢 富美子
依田 修子

●問い合わせ先

教育課 人権同和教育係
☎ 64-5902

平成27年度人権啓発学習会が始まります！

市では、部落差別をはじめとするあらゆる差別の解消を目的に、人権啓発学習会を開催します。

今年度は、6月に滋野地区、7月に和地区、10月に北御牧地区（畔田（牧ヶ原）の各区公民館を会場に開催し、各区役員さんをはじめ、市民の皆さん、市内小中学校の先生方にもご参加いただきます。

ぜひ、この機会に隣近所の皆さんと共に身近な人権問題について考え、お互いの人権感覚を磨いてみませんか。

●昨年度の参加者の声

●自分の思い込みが偏見につながっていることがよくわかりました。思い込みの原因を考えてみるとやっぱり自分よがりの考え方にあると思います。そういうことを考えることができた良い学習会でした。●違う年代の方の話が聞けてよかったです。

※各地区の開催日程は、随時市報とうみお知らせ版に掲載します。

●問い合わせ先

教育課 人権同和教育係
☎ 64-5902

税のワンポイントアドバイス

個人市・県民税の均等割額

個人市・県民税は原則として、1月1日に住所がある市町村で、前年の所得が一定額以上ある方に課税されます。したがって、1月1日以後に転居又は死亡した場合でも1年分の市・県民税を支払う義務は発生します。

なお、「東日本大震災からの復興に関し地方公共団体が実施する防災のための施策に必要な財源の確保に係る地方税の臨時特例に関する法律」の施行により、平成26年度から35年度までの10年間、個人市・県民税のそれぞれで均等割額が500円加算されます。この増額分は、市民の皆さまが安心して暮らすことができるまちづくりを進めるため、防災拠点や防災設備の整備など防災・減災事業を実施するための財源に充てられます。

税率

	H25年度まで	H26～35年度まで
市民税 均等割額	3,000円/年	3,500円/年
県民税 均等割額	1,500円/年	2,000円/年
計	4,500円/年	5,500円/年

※県民税の均等割額のうち500円は、「長野県森林づくり県民税」として課税されています。

●問い合わせ先

税務課 住民税係 ☎62-1111(代表)

エフエムとうみ 78.5MHz

『ラジオ市報とうみ』

- 午前7時40分～ ●午後0時40分～
- 午後6時40分～ 月曜日から日曜日、毎日放送中

まるごと生活百科

6月の納税 (納期限 6月30日)

- 市県民税(普通徴収)(1期)
- 国民健康保険税(普通徴収)(1期)



こちら119 (東御消防署)

= 4月の火災・救急件数 = カッコ内は平成27年1月からの累計
火災 5件 (13件) 救急 86件 (357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 4月分 平成27年4月30日現在



	当月分	累計(注1)	前年比
件数	11件	57件	+5件
傷者	12名	72名	+15名
死者(注2)	0名	0名	±0名

(注1)平成27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 (東御消防署調べ)

	平成27年4月	平成26年4月
最高気温	28.7℃(27日)	25.3℃(17日)
最低気温	-0.6℃(10日)	-2.5℃(12日)
平均気温	11.4℃	10.2℃
平均湿度	65.6%	56.9%
降水量	49.5mm	19.5mm

東御市周辺のおすすめ霊園

- ①御牧原 ほたるの里 絆霊園
- ②向陽院 自由墓苑 (上田市塩川)
- ③小牧山 自由霊園 (上田市諏訪形)
- ④小諸善光寺 大雄寺墓苑 (小諸市東雲)

※その他多数、ご紹介できる墓地がございます。

お気軽に
お問い合わせください

墓石・墓苑の

中部電力生活協同組合指定店

墓地探しはお任せください。～ご先祖供養は心のやすらぎ…。時代に合わせて墓地・墓石をご提案いたします～

永代
使用料
5万円～

絆霊園のポイント / 絆霊園は当社が企画・設計した新しい時代の霊園です。

お墓のご相談
無料受付中!!

- 先祖代々のお墓をキレイにしたい… ●お墓の場所を移転したい…
- 後継ぎがいないけど、お墓はどうしよう…
- 本家の墓地から、新しく独立したお墓が欲しい… ※様々なお墓についてのお悩み、ご相談ください。
- 予算をかけず、お墓は作れないの?…

きずな

株式会社
絆コーポレーション

0120-085-927

■上田市秋和473-1(明和ビル) TEL.0268-71-0911 FAX.0268-71-0990
■軽井沢事務所 / 北佐久郡御代田町草越1174-41 TEL.0267-32-1161
■絆霊園事務所 / 東御市御牧原1799-2 TEL.0268-67-0655

ご相談および霊園のご見学希望の方は
ご自宅からの送迎サービス実施中!!

http://www.kizuna-corp.co.jp 絆コーポレーション 検索

営業時間 / 9:00～17:00 定休

国民年金アドバイス

ご存知ですか「任意加入」

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方には、「任意加入」をお勧めします。60歳以降も国民年金に加入する「任意加入」で、老齢基礎年金の受給額を満額に近づけたり、受給権を確保したりすることができます。

任意加入できる方

次の①から④のすべてに該当する方が任意加入できます。

①60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す。）

②20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

※外国に居住する20歳以上65歳未満の日本人の方も任意加入することができます。

納付方法

口座振替での納付となります。

手続場所

小諸年金事務所または市役所市民課国保年金係
※年金受給資格期間や未加入月数などの相談は、小諸年金事務所へお問い合わせください。

持ち物

●年金手帳 ●印鑑
●預金通帳 ●通帳の届出印
※年金受給資格期間に含めることができる期間（共済組合加入期間や海外居住期間等）がある方は、上記のほかにも必要な書類があります。事前に小諸年金事務所に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

一家に1台、防災ラジオ

市では災害時に緊急情報を伝える防災ラジオを各世帯に1台貸与しています。まだお持ちでないご家庭は企画財政課広報統計係（☎64-5806）へお申し込みください。



●問い合わせ先
企画財政課 企画政策係
☎64-5806

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。

「ふるさと東御応援寄付金」
・菊池 廣之 様（市外在住・現金30万円）
（平成27年4月に寄附をいただいたものです。）
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27年4月に寄附をいただいたものです。）

ご芳志

不要になった 納屋に眠っている 下取りはタダ同然…

ノウキナビ®なら独自のネットワークで全国の販売店が高〜く買取ります！

農機の高価買取

トラクター・管理機・スピードスプレーヤー・田植機・コンバイン・ハーベスタ・カッターなど

今すぐお電話ください！

フリーダイヤル

☎0120-555-071

営業時間

10:00~16:00（土日祝除く）

※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。

査定完全無料
メーカー不問で安心



ノウキナビ

ノウキナビ

検索

運営 (株) 唐沢農機サービス



▲定期総会のような様子

しげの里づくりの会 福祉部門の「支えあい部会」が発足

滋野コミュニティセンターで4月25日、滋野地区の地域づくり組織「しげの里づくりの会」の定期総会が開かれ、福祉部門を担当する「支えあい部会」の設置などを盛り込んだ規約改正案が全会一致で承認されました。

この支えあい部会は、少子高齢化が進む地域において、誰もが安心して暮らせる支えあいの仕組みをつくるために設置されたもので、当面は地域の高齢者が気軽に集える憩いの場の設置を目標に活動していく予定です。

熱演に大きな拍手 祢津東町歌舞伎定期公演

日吉神社境内にある歌舞伎舞台で4月29日、約250年の歴史をもつ祢津東町歌舞伎の定期公演が開かれました。

晴天に恵まれた今年は約800人の観客が訪れ、新緑に包まれた境内で家族や友人と共に弁当をつまみながら、地域の伝統芸能を楽しみました。

今公演の演目は、祢津小学校子ども歌舞伎クラブによる「勧進帳」と、東町歌舞伎保存会による「御所桜堀川夜討 一弁慶上使一」で、役者が見得を切る場面では大きな拍手とともにたくさんのおひねりが舞台に投げ込まれました。



▲御所桜堀川夜討 一弁慶上使一

御牧原に芸術と憩いの広場 「“自然と生命”のスポットガーデン」完成

御牧原北部区が昨年6月から整備を進めてきた「“自然と生命”のスポットガーデン」が完成し、5月2日に現地で除幕式が開かれました。

このスポットガーデンは、同区が「御牧原台地の景観をさらに魅力溢れるものにしよう」と旧公民館跡地を憩いの場として整備したもので、北御牧中学校前に置かれていたモニュメント「風と大地から生まれた生命」がシンボルとして移設されました。

この日は、モニュメントの制作者で東京芸術大学美術学部長の保科豊巳さん（ほしなとよみ）（大日向出身）も式典に参加し、「浅間山を背景にして、自分の作品が一番ふさわしい場所に置かれた」と喜びの言葉を述べました。



▲作品に込めた思いを語る保科さん

大型連休 道の駅で「雷電まつり」 多彩なプログラムで観光客をお出迎え

5月3、4日の2日間にわたり、道の駅雷電くるみの里で地元出身の名力士「雷電」を顕彰する「第8回雷電まつり」が開催されました。

憲法記念日の3日は青空の下で「子供相撲大会『雷電場所』」が開かれ、大勢の保護者や地域の皆さんが見守る中、ちびっ子力士が熱戦を繰り広げました。また、信州御牧太鼓保存会をはじめとする近隣の太鼓衆によるパフォーマンスも行われ、大型連休で信州を訪れた大勢の観光客の目を楽しませていました。



▲信州御牧太鼓保存会によるパフォーマンス



▲子供相撲

トピックス 地域の話題



▲ナイスキャッチ! (東御☆スピリッツ)

小学生ドッジボール「ひだまり杯」 県内外の19チームが熱戦!!

東御中央公園第一体育館で5月6日、小学生のドッジボール大会「ひだまり杯」(東御ドッジボールスポーツ少年団主催)が開催されました。

11回目を数える今大会には、県内外から19チームが参加し、2つのグループに分かれて予選リーグを戦った後、決勝トーナメントで頂点を決めました。

市内から出場した「東御☆スピリッツ」は、予選リーグAグループを5勝2敗1分の第3位で通過し、決勝トーナメント3回戦で富山県の「針原・福光サンダージュニア」と対戦。サドンデスにもつれ込む接戦の末、惜しくも敗れてベスト6という結果になりました。

観音さまを道しるべに湯道を歩く 百体観音ふれあいウォーク

5月17日、春のスポーツイベント「百体観音ふれあいウォーク」(スポーツレクリエーション祭2015実行委員会主催)が開かれました。

今回設けられた3つのコースのうち、最も長い「さわやかコース」は東御中央公園からシナノキの巨木がある五十番観音までを往復する18km。参加者は、新張から湯の丸方面へ向かう「湯道」に等間隔で置かれた観音さまを一つひとつたどりながら、すがすがしい新緑の中でウォーキングを楽しみました。



▲一番観音を通過



▲折り返しの五十番観音到着



▲参加者を前に建物の特徴を説明する児童

伝統的建造物の保存と活用を! 全国伝建協が北国街道海野宿を視察

5月20日から22日までの3日間にわたり、第37回全国伝統的建造物群保存地区協議会総会・研修会が市内などで開かれました。

21日には北国街道海野宿の現地視察が実施され、全国の伝統的建造物群保存地区の関係者約250名が、地元住民の案内で街道に面した建物を見学。街道沿いの3カ所では、田中小学校6年生の児童による解説が行われ、参加者は、江戸時代は宿場町として、明治・大正時代は蚕種業で栄えた海野宿の歴史などを学び、当時のまま今に残る「うだつ」や「出し梁」などの意匠を凝らした建物の数々に感嘆しきりの様子でした。

5・19 ▼ まちづくり懇談会(和地区)
5・18 ▼ まちづくり懇談会(北御牧地区)
5・13 ▼ まちづくり懇談会(称津地区)
5・12 ▼ まちづくり懇談会(滋野地区)
5・12 ▼ 千曲川ワインアカデミー
開講



5・11 ▼ まちづくり懇談会(田中地区)
5・11 ▼ 春の全国交通安全運動



5・9 ▼ 小型動力消防ポンプ引渡式(田中部・新屋部・上部)
5・3 ▼ 湯の丸カップ中学生女子バレーボール大会

できいい短信

紹介 します!

私たちの活動

No.15

市報



平成27年
6月1日発行

とうぶハーバリストサークル



ハーブで公園に彩りを…

当サークルは、東御中央公園内にあるハーブ園の管理を行っているボランティア団体です。公園が整備されて以来約20年にわたり、ハーブで公園に彩りを添える活動を続けています。

活動は毎月2回程度で、4月から11月にかけてはハーブの定植や摘み取り、除草作業などに汗を流し、12月から3月にかけては中央公民館で、大切に育ててきたハーブを利用してポプリやシューズキーパー、ラベンダースティックなどの小物作りを楽しんでいます。

これまで園内で育ててきたハーブは、ラベンダーにローズマリー、ブッシュセージ、サントリナ…。今では種類が多すぎて分からないくらいに増えました。

「きれい!」の一声が活動の原動力

現在所属する14名の会員は皆、「庭仕事をした」「外で活動的に過ごしたい」などという動機で活動に参加しています。ハーブが香る園内で、仲間と共に会話をしながら草花の世話をするひとはとても楽しく、充実した時間になっています。

また、公園を訪れる人が「きれい!」と喜んでくれている様子は、私たちにとって何よりの励みであり、やり甲斐を感じる瞬間でもあります。



市民活動団体登録制度のご案内

市では、市内で地域づくりやボランティア活動を行う市民活動団体を市ホームページで紹介しています。

登録をご希望の団体は、ホームページから申請書をダウンロードし、必要事項を記入、押印の上、下記へ提出してください。

●問い合わせ先 地域づくり支援室 ☎71-6790

東御市 市民活動団体

検索

編集後記

▼まちの魅力などを内外に発信するシティプロモーションが、全国で活発になっていきます。これに刺激され、情報を発信する立場として「東御市の魅力とは何か」を常に考えるようになりました。▼先日、毎年恒例の「百体観音ふれあいウォーク」が開かれ、私も取材で参加。新緑がまぶしい横堰・奈良原へ一気に駆け上がったきました(徒歩ではありませんが)。道中、美しい眺望や爽やかな風、心地よいせせらぎの音に癒され、自然と気分もリフレッシュ。市の魅力を再認識できた気がします。▼シティプロモーションに精通する専門家は、「市の魅力を行政と市民が共有することが必要」と説いています。紙面やフェイスブックを通じて、皆さんと市の魅力を共有できたら幸いです。(市報担当 大塚)

メール配信 (緊急情報等メール配信サービス)



配信情報

市内火災情報、災害情報、不審者情報など

登録をご希望の方は、下記のメールアドレスへ空メールを!



tomi_jh@eml.city.tomi.nagano.jp

●本文中の問い合わせにつきましては、特別な記載がない限り平日の開庁時間(午前8時30分～午後5時15分)とさせていただきます。

人の動き

(5月1日現在)

世帯数

11,762世帯(+10)

総人口

30,850人(+9)

男 15,217人(-1)

女 15,633人(+10)

転入 107人

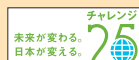
転出 88人

出生 22人

死亡 31人

その他 1人減

※カッコは前月対比



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

