

文化会館インフォメーション  
~INFORMATION~

■自主文化事業

子どもたちの大好きなミッフィーがサンテラスにやってきました  
ミッフィーこどもミュージカル

### 「ミッフィーのおたんじょうび」

★8月5日(日)

- 1回目：11：30～（11：00開場）
- 2回目：14：30～（14：00開場）



全席指定 1,500円  
(お子様のひざうえ鑑賞は無料です)  
6月23日よりチケット発売開始

### 丸山晚霞記念館常設展 ～信州の風景を中心に～

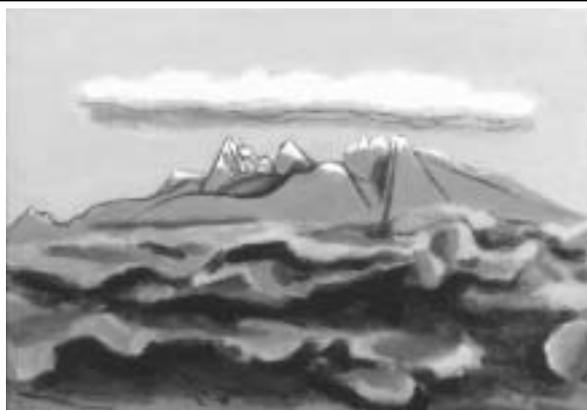
募集

丸山晚霞記念館ガイドボランティア  
詳しくは文化会館まで

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  
プレイガイド 市内/ながこしカメラ☎63-6978 BOOK BOX東部店☎64-4001 西友東部店☎63-7771 市外/平安堂上田市内各店 東御市文化会館☎62-3700

### 梅野記念絵画館・ふれあい館インフォメーション

ボクのまちには美術館がある。美術館は身近なところ、畑仕事の合間にどうぞ



### 常葉美術館コレクション展 曾宮一念の芸術

2007年6月10日(日)～7月8日(日)

生涯自然美を愛し続けた曾宮一念。晚霞の下で水彩画を習い、晩年の失明を乗り越えた、人間的巨匠101年の生涯

- 上記期間中、「東御市梅野記念絵画館蔵 青木繁と近代日本洋画展(常葉美術館)」が開催され、青木繁、菅野圭介等100点貸出です。

常設展

約8年ぶりに公開する世界的に貴重な1913年製の複製画  
スイスの巨匠 F・ホドラー作品展  
旅情を誘う「線」の世界。絵画とは異なる魅力との出会い  
滞欧風景を中心に 間部時雄 銅版画展



暑い午後、ホッと一息のオアシス  
大好評 ピアノ生演奏 無料  
7/21(土) スタンダード・ジャズ



山崎羊一回顧展

### 大地讃歌

農に励み土に親しみ、  
農民画家が描き続けた  
情熱の60年。7/8(日)まで

歴史の音がする。風が吹いている。いい美術館だ。\*上 勉

梅野記念絵画館・ふれあい館

TEL 0268-61-6161 FAX 0268-61-6162  
開館時間9:30～17:00 月曜休館  
入館料(高校生以上) 800円

●全国330名 友の会入会随時  
年間3,000円で何回でも入館可。超お得

(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。)

# はつらつスポーツ教室

心地よい汗を流してみましよう！

**受講者募集!**

この教室は、ちょっと体を動かしたい方や運動不足の方など好きなスポーツを無理なく自分のペースで楽しく参加できます。お友達を誘って気軽に参加しませんか？

(※ただし、場所に限りがありますので4～5種目程度になります。)

- 期 間 7月9日(月)～10月までの毎週月曜日 (15回)
- 時 間 午後7時30分～9時30分
- 場 所 東御中央公園 第二体育館
- 対象者 中学生以上の男女
- 定 員 40名 (定員になり次第締め切ります)
- 内 容 ふわっとテニス、4コートゲーム、ふらば～る、ビーチボール、ニチレクボールなど多目行います。
- 指導者 市体育指導委員
- 参加料 中学生3,000円 一般4,000円 (保険料含む)
- 申し込み 7月4日(水)までに直接スポーツ係まで  
電話でお申し込みください。  
(※平日の午前8時30分～5時まで)

## ～おもなスポーツの紹介～

《ふわっとテニス》  
上小で生まれ、全国へ向けて発信しているニュースポーツです。こども用の公式ラケットを使用し、直径10cmくらいの比較的小おきな、ふわっとしたやわらかいボールを使用していますので、球速が遅く誰でもすぐに楽しめます。

《4コートゲーム》  
4面コートを利用して、ビーチボール・ソフトバレー・バレーやテニスなど行います。どの面からもボールが来るので、スリリングに楽しくできます。

《ワンバウンド ふらば～る バレー》  
ビニール素材の**変形ボール(30cm～50cm)**を使用して、基本的にワンバウンドさせて行うバレーです。バドミントンコートを使い1チーム5名以上で行います。楽しく体を動かせます。

●申し込み・問い合わせ先 第一体育館内 スポーツ係 ☎62-2200 FAX62-3417

## あなたの写真がカレンダーに!

# 『東御市生涯学習カレンダー』の 写真を募集します

現在、皆さんにお使いいただいている「東御市生涯学習カレンダー」は、市の多彩な情報が盛り込まれた「家庭の便利メモ」としてご利用いただいているとともに、皆さんからご応募いただいた写真で綴り好評を得ています。

そこで、次回『東御市生涯学習カレンダー (平成19年10月～20年3月版)』の発行にあたり、掲載する写真を募集します。皆さんの生き生きとした活動を写した写真、季節感のある写真等、多数のご応募お待ちしております。

- ◇内 容 人物が写っている写真で、市内を撮影したもの  
10月～3月の間に撮影した季節感のあるもの  
(未発表のものに限る。一人何点でも結構です)
- ◇規 格 カラープリント(サービス版)若しくはデジタル写真(解像度の高いもの)  
※写真はお返しできませんので、予め、ご了承願います。
- ◇応募方法 下の応募用紙に所定の事項を記入し、写真の裏面に貼って応募してください。  
(写真掲載は選考の上、決定させていただきます)
- ◇応募期限 7月27日(金)まで

●応募・問い合わせ先 生涯学習課 生涯学習係 ☎64-5885 FAX 64-5610

-----キ---リ---ト---リ---線-----

## 東御市生涯学習カレンダー 写真応募用紙

住所			
氏名		電話 番号	
撮影場所			
写真内容説明			

住所			
氏名		電話 番号	
撮影場所			
写真内容説明			

~ハートつないで~  
第3回

# 東御市民まつり

開催日/8月4日(土)  
●場所/田中商店街

## ☆踊り連参加者募集！ ☆まつりステージ(昼の部)、アトラクション募集！

◆申込締切 7月6日(金)

◆内容は6月7日発行のお知らせ版をご覧ください。

## ☆まつりステージ(夜の部)、TOMI, to me を踊るチーム募集！

◆申込締切 7月6日(金)

市民まつり会場の夜の部ステージで、TOMI, to me を踊ってみませんか？チームでの参加を募集します。なお、先着順で締め切らせていただきます。

●出演時間 午後7時～8時30分までの間

●場所 第1ステージと第2ステージ

## ☆激走！商店街麻袋リレー参加チーム募集！

◆申込締切 7月27日(金)

市民まつり会場の田中商店街を、麻袋を履いて6人でリレー競争します。チームでの参加を募集します。なお、先着順で締め切らせていただきます。

●競技時間 午後3時30分～5時まで

●競技場所 第1ステージ前から常田方面に上るコース

●競技内容 ①麻袋に入り飛び跳ねて前に進む

②一般の部(男子・女子混合可) 1チーム6名

③レディースの部 1チーム6名

④リレー方式で、距離は一般の部300m、  
レディースの部240mを競争する。

●参加資格 市内在住・在勤の中学生以上の方

●募集チーム数 合計18チーム

●表彰 上位チームに賞品あり！  
参加賞あり

●申し込み・問い合わせ先 東御市民まつり実行委員会事務局  
東御市商工会 ☎62-2205 FAX62-2216  
東御市役所 商工観光課 ☎64-5895 FAX63-6908

# 8月5日(日) 東御市民まつり 花火大会

## よるこびを夏の花火で彩ろう

## 「ふれあい慶祝花火」を募集します

花火大会では企業協賛花火とあわせて、市民の皆さんから「ふれあい慶祝花火」を募集しています。

「結婚しました」「子供が生まれました」「結婚〇〇周年です」などなど……。ほのほのとして、うれしいこと、喜ばしいことを、花火に託してお祝いしませんか？

●花火の代金は 3号3発 12,000円からです。

●日時 8月5日(日)午後7時30分打上開始〔雨天の場合8月6日(月)〕

●場所 本海野 千曲川河川敷

●申し込み締め切り 7月13日(金)

※代金は申し込みの際に納入してください。

申し込まれた方には、プログラムチラシへ掲載するとともに花火大会へご招待します。

●申し込み・問い合わせ先 東御市民まつり花火大会実行委員会  
☎62-2205 FAX62-2216 (商工会)

# 北御牧・名立友好協会 会員募集のお知らせ

東御市では、新潟県上越市名立区との交流活動を行っています。

鮭のつかみ取りツアーなど、楽しい企画を計画しています。日本海に面する新潟県を、身近に感じてみませんか。

入会ご希望の方は、**7月31日(火)までに**、北御牧総合支所内・友好協会事務局までお申し込みください。

- 活動内容 新潟県上越市名立区との地域間交流
- 入会条件 名立区と交流をしたい方
- 年会費 1,000円

## 平成19年度の交流計画

- 8/9～10 芸術むら公園交流キャンプ
- 10/14 火のアートフェスティバル名立区来場
- 11/3 名立区駅伝参加
- 11/25 名立ツアー（鮭のつかみ取りなど）



- 申し込み・問い合わせ先 北御牧・名立友好協会事務局（北御牧総合支所内）  
☎67-3311 有線 8-3008

## 第1回「星空観察会」 のお知らせ

生涯学習まちづくり和地区推進協議会では今年も星空観察会を4回行います。第1回は下記の通りです。小学生から大人まで、「春の大曲線」「夏の大三角」を捜しながら星空に親しんでみませんか。たくさんの皆さんの参加をお待ちしています。

- ★日時 7月8日(日)  
午後7時30分～8時30分
- ★会場 和コミュニティーセンターで解説  
・周辺で星の観望
- ★内容 星についてのお話 専門の天体望遠鏡で星の観察（曇りや雨の場合はプロジェクターを使用して星空の解説をします。）
- ★解説 小林将喜先生
- ★持ち物 懐中電灯（有ると良い）双眼鏡や望遠鏡（有る人）
- ★その他 参加者に「簡易星座早見表」を差し上げます。  
夜間なので小学生はおうちの人と参加してください。（送迎のみも可）

- 問い合わせ先  
生涯学習まちづくり和地区推進協議会  
和コミュニティーセンター ☎62-0201

## 第4回 東御市 陸上競技大会

- 期 日 7月15日(日) 競技開始 午前9時
- 場 所 東部中学校グラウンド
- 申込締切 7月6日(金)

※小・中学生は各学校で取りまとめますので、学校を通じて申し込んでください。

### ○種 目

- ◆小学生(4年生以上)男女100m
- ◆中学生男女100m
- ◆高校・一般男女100m
- ◆小学生(4年生以上)男女1000m
- ◆中学生男女1500m
- ◆高校・一般男女1500m
- ◆小学生(4年生以上)男女走り幅跳び
- ◆中学生男女走り幅跳び
- ◆高校・一般男女走り幅跳び



- 申し込み・問い合わせ先  
第一体育館内 スポーツ係  
☎62-2200 FAX62-3417

# 市営住宅入居者募集

市営住宅の入居申し込み受付を行います。

## <入居者資格>

- ・住宅に困窮しており、所得が一定基準以下の方
- ・住所または勤務先が市内にある方
- ・同居親族のある方（50歳以上または身体障害者等の方は、お一人でも可）
- ・市税等の滞納のない方

## <一般募集団地>

### (1) 田中中央団地

構造 鉄筋コンクリート2階建  
(平成17年度建設)  
募集戸数 1戸(2階)  
間取り 2LDK  
家賃 24,500円～53,900円  
(所得額により変わります)

### (2) 瓜田団地

構造 鉄筋コンクリート4階建  
(昭和57年度建設)  
募集戸数 1戸(3階)  
間取り 3DK  
家賃 17,300円～38,100円  
(所得額により変わります)

## <優先枠募集団地>

- ・生活保護・母子等の世帯の募集枠となります。抽選ではずれた時は、同じ団地の一般募集の抽選を受けることができます。

### (1) 田中中央団地

構造 鉄筋コンクリート2階建  
(平成17年度建設)  
募集戸数 1戸(2階)  
間取り 2LDK  
家賃 24,500円～53,900円  
(所得額により変わります)

### (2) 瓜田団地

構造 鉄筋コンクリート4階建  
(昭和57年度建設)  
募集戸数 1戸(1階)  
間取り 3DK  
家賃 17,300円～38,100円  
(所得額により変わります)

## <入居要件等>

- ・田中中央団地には駐車場はありません。
- ・市営住宅で動物を飼うことはできません。
- ・連帯保証人が2名必要となります。

## <連帯保証人の条件>

- ・独立の生計を営み、入居者と同等以上の収入を得ていること。
- ・未成年でないこと。
- ・成年被後見人または被保佐人でないこと。
- ・市内に居住していること。
- ・連帯保証人のうち一人は、入居者の3親等以内の親族とすること。

[申込み受付期間] 平成19年6月28日(木)～7月5日(木)(土・日は除く)  
午前8時30分～午後5時30分まで

[抽選日時・場所] 平成19年7月19日(木)午前10時から  
勤労者会館2階大会議室(東御市役所庁舎西側)

[入居可能日] 平成19年8月1日(水)から(必要書類提出審査後)

[空室待の入居有効期限] 平成20年1月21日(月)まで

●受付場所・問い合わせ先 東御市役所 建設課 管理係(庁舎別館2階)  
☎64-5882 FAX64-5881

東御市総合福祉センター2階  
高齢者センター

## ほめあいギャラリー 短歌展

●会期 7月3日(火)から7月31日(火)まで  
会期中、月曜日と祝日の翌日は休館日となります。

●時間 午前9時から午後4時30分まで

●場所 高齢者センター ロビー  
●入場料 無料  
●展示 短歌

●問い合わせ先 高齢者センター ☎64-8881

# 保 健 案 内



連絡先はこちらへ!!

東御市保健センター(鞍掛197番地「総合福祉センター」内)  
 ☎64-8882 FAX 64-8880 有線52-2153

## ◎乳幼児健康診査

受付/午後1時~1時15分  
 (3歳児健診のみ受付午後0時45分~1時)  
 場所/市保健センター



期 日	内 容	対 象 者
7月18日(水)	10か月児健診	平成18年9月生まれの人
20日(金)	1歳6か月児健診	平成18年1月生まれの人
24日(火)	3歳児健診	平成16年5月生まれの人
25日(水)	2歳児歯科検診	平成17年5月生まれの人
26日(木)	4か月児健診	平成19年3月生まれの人

\* 8か月児おたずね票は、満8か月になってから記入し、市保健センターへ郵送または持参してください。

## ◎集団予防接種〈保健センターで行います〉(料金は無料)

- ・受付時間: 午後1時~1時30分
- ・持 ち 物: 母子手帳・予診票・体温計(接種前の体温を会場で測ります。)

予防接種名	日 程	注 意 事 項
BCG 生後3カ月~6カ月まで	7/27(金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・接種後4週間は他の予防接種は受けられません</li> <li>・治療中または経過をみている病気がある場合には、主治医に相談してから予防接種を受けましょう。</li> <li>・BCGは、生後3~6か月の間で受けなければなりません。</li> </ul>

## ◎個別予防接種(料金は無料)

・保護者が直接、下記医療機関に予約をして予防接種を受けてください。

予 防 接 種 名		対 象 者	実 施 期 間	注 意 事 項	
三種混合 (ジフテリア 百日ぜき 破傷風)	初回	期間内に3~8週間隔で 3回接種 (二種混合は4~6週間 間隔で2回接種)	生後3か月を過ぎたら 早目に	通 年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・接種後1週間は他の予防接種は受けられません。</li> <li>・追加は初回終了後、おおむね1年後に接種します。</li> <li>・生後3か月から7歳半までに接種を受けてください。</li> </ul>
	追加	初回接種の1年後、 期間内に1回接種			
麻しん 風しん混合		第I期 期間内に1回接種 第II期 期間内に1回接種	生後1才から2才になる者 年長児	通 年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・接種後4週間は他の予防接種は受けられません。</li> </ul>

※麻しんが流行しています。定期接種対象者は早めに接種を受けましょう。尚、市では定期接種外者のうち「2歳~義務教育の者」の未り患者、接種もれ者に対して任意の接種(費用の一部負担)を実施します。詳細は決定次第お知らせします。

流行している高校生・大学生の年代の者で未り患者等は医療機関で抗体検査を受ける等予防対策をしましょう。

## 乳幼児個別予防接種 医療機関

医 療 機 関 名	住 所	電 話 番 号	医 療 機 関 名	住 所	電 話 番 号
柳 沢 医 院	滋野乙3095	62-0192	せき内科 クリニック	本海野1496-102	64-7171
祢 津 診 療 所	祢津343-2	62-0273	東 部 クリニック	田中193	62-1751
長 谷 川 耳 鼻 咽 喉 科	県124-3	62-2006	中 島 医 院	八重原2403	67-2777
酒 井 医 院	田中800-51	64-3170	東 御 記 念 セントラルクリニック	県165-1	62-1231
さ さ き 医 院	本海野1673-1	64-3711	東 御 市 民 病 院	鞍掛198	62-0050
ほ し や ま 内 科	常田172-1	62-3115	東 御 市 立 みまき温泉診療所	布下6-1	61-6002

## ☆日本脳炎ワクチンについて

現在の日本脳炎ワクチンは、精度が高いと言われていますが、精製過程で極めて微量な不純物などが混入する可能性は完全に否定できません。その結果、脳脊髄炎を発症し、ワクチンとの因果関係があることが明らかになり、より慎重を期するため、平成17年5月から日本脳炎ワクチンの積極的な接種を見合わせています。

しかし、日本脳炎の流行地へ行かれる方、蚊にさされやすい日本脳炎に感染する恐れの高い場合で、本人・保護者が特に接種を希望する場合には、署名の上、現在のワクチンの接種が可能です。ご希望の方はあらかじめ保健係までお問い合わせください。

## ◎健康相談

- ・火・金の午前中  
(ただし、7月3日、6日、10日、17日は基本検診日のため休み)
  - ・午前9時～11時ころまでにお出かけください
  - ・と ころ 市保健センター
  - ・スタッフ 保健師
- ※乳幼児健康相談・育児相談・精神的なこと  
成人健康相談・血圧測定・尿検査・生活習慣  
病予防などお気軽にお出かけください

## ◎もぐもぐ離乳食教室

(午前9時30分～11時30分)

- ・と き 7月13日(金)
- ・受付時間 午前9時30分～9時45分
- ・と ころ 市保健センター
- ・対 象 児 平成18年11月生まれ
- ・持 ち 物 母子手帳  
赤ちゃんすくすくブック  
8か月児おたずね票

## ◎母乳相談日(毎月第4水曜日予約制)

- ・と き 6月27日(水)・7月25日(水)
  - ・と ころ 市保健センター
  - ・スタッフ 助産師
- ※妊娠中・授乳中・卒乳・卒乳後などで相談したい人

## ◎もうすぐママパパ学級

妊娠期を楽しく快適に過ごし、安心して出産を迎えるために、妊婦さんやご家族の方を対象に開催しています。

- ・受 付 午前9時～9時30分
  - ・場 所 総合福祉センター2階 保健センター
  - ・持ち物 母子健康手帳 \*体操のできるお仕度でお越しください。
  - ・スタッフ 保健師・助産師・保育士
- \*保育を希望される方は、開催日の前日までにご連絡ください。

開催日時	主 な 内 容
閉校式 第5回 6月22日 (金)	〈産後生理と過ごし方〉 *授乳方法と乳房・乳頭ケア *子育ての悩みと解決方法 *家庭環境のつくり方 *保育の安全環境のチェック *産後のシェイプアップ *家族計画 *産後の不定愁訴について

\*妊娠週数に関係なくご参加できます。ご家族の方には妊娠体験ジャケットのご試着ができます。次回は10月です。

## ◎精神障害者デイケア

- ・と き 7月18日(水) 9:30～
- ・と ころ 市保健センター

## ◎断酒会

- ・と き 6月25日(月)、7月9日(月)午後7時～9時
  - ・と ころ 市中央公民館
- アルコール依存から立ちあがろうとする方、その家族、また関心のある人などなたでも参加できます。

## ◎こころの相談日(予約制)

- ・と き 6月25日(水)、7月22日(水)午前中
- ・と ころ 市保健センター
- ・スタッフ 保健師

## ◎陽だまりの会(精神障害者家族会)

- ・と き 7月13日(金) 午前9時30分
- ・と ころ 市保健センター集合

## ◎花みずき会(こころのボランティア)

- ・と き 7月13日(金)午前9時30分
- ・と ころ 市保健センター集合

## ⊕ 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)

6月	24日	柳 沢 医 院	☎62-0192	片 羽
7月	1日	柵 津 診 療 所	☎62-0273	東 町
	8日	春原整形外科クリニック	☎64-6200	常 田
	15日	中 島 医 院	☎67-2777	大日向
	22日	みまき温泉診療所	☎61-6002	布 下
	29日	東御記念セントラルクリニック	☎62-1231	県

## 休日歯科当番表

(午前中のみです)

6月	24日	関 歯 科 医 院	☎24-8148	上田市上田原
7月	1日	荻原歯科医院	☎27-1888	上田市中央
		桜井歯科医院	☎25-3770	上田市福田
	8日	関 歯 科 医 院	☎27-3218	上田市常田
	15日	宮坂歯科医院	☎22-9078	上田市中央
		グリーン歯科	☎43-2831	上市中丸子
	16日	清水歯科医院	☎22-3486	上田市緑が丘
	22日	けやき歯科医院	☎29-6111	上田市古里
	29日	岩倉歯科医院	☎22-5391	上田市中央
		善 美 歯 科	☎25-3800	上田市中之条

※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

# 平成19年度 各種健診(集団)が始まります

平成19年度各種健診は下記日程のとおり実施します。

健診を申し込まれた方へは、事前に受診票をお配りいたしますので、指定された時間を守ってお出かけください。なお、当日都合できない場合は変更が可能ですので、メタボリック相談ダイヤル(生活習慣病予防相談窓口)まで連絡ください。

称津地区		健康スクリーニング	胃(バリウム)検診	大腸検診	子宮頸部検診	実施場所	
7月2日(月)	午前	○	○	○	○	市保健センター	
	午後	○	×	○	○		
3日(火)	午前	○	○	○	○		
	午後	○	×	○	○		
滋野地区		健康スクリーニング	胃(バリウム)検診	大腸検診	子宮頸部検診		実施場所
7月4日(水)	午前	○	○	○	○		市保健センター
	午後	○	×	○	○		
5日(木)	午前	○	○	○			
	午後	○	×	○			
6日(金)	午前	○	○	○	○		
	午後	○	×	○	○		
田中地区		健康スクリーニング	胃(バリウム)検診	大腸検診	子宮頸部検診	実施場所	
7月9日(月)	午前	○	○	○	○	市保健センター	
	午後	○	×	○	○		
10日(火)	午前	○	○	○	○		
	午後	○	×	○	○		
12日(木)	午前	○	○	○			
	午後	○	×	○			
17日(火)	午前	○	○	○	○		
	午後	○	×	○	○		
和地区		健康スクリーニング	胃(バリウム)検診	大腸検診	子宮頸部検診	実施場所	
8月1日(水)	午前	○	○	○	○	市保健センター	
	午後	○	×	○	○		
2日(木)	午前	○	○	○	○		
	午後	○	×	○	○		
3日(金)	午前	○	○	○	○		
	午後	○	×	○	○		
北御牧地区		健康スクリーニング	胃(バリウム)検診	大腸検診	子宮頸部検診	実施場所	
8月6日(月)	午前	○	○	○	○	市保健センター	
	午後	○	×	○	○		
7日(火)	午前	○	○	○	○	北御牧総合支所	
	午後	○	×	○	○		
8日(水)	午前	○	○	○			
	午後	○	×	○			
9日(木)	午前	○	○	○			
	午後	○	×	○			
10日(金)	午前	○	○	○			
	午後	○	×	○			
子宮頸部検診	午前	7月11日(水)	7月18日(水)	7月30日(月)	7月31日(火)	市保健センター	
	午後						
	午前	9月3日(月)	9月4日(火)	9月5日(水)			
	午後						

●問い合わせ先 ケアポートみまき内 健康保健課  
メタボリック相談ダイヤル(生活習慣病予防相談窓口) ☎61-6060 有線1-6060



## のびのびっこひろば (7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

- 7月3日(火) お手玉あそび 中央公民館3F講堂  
7月19日(木) 人形劇を見よう! 中央公民館3F講堂

### 滋野のびのびっこひろば

- 7月12日(木) バザー(祢津地区合同) すくすくひろば  
7月24日(火) ハローアニマル 現地集合

### 祢津のびのびっこひろば

- 7月12日(木) バザー(滋野地区合同) すくすくひろば  
7月19日(木) まんまる劇団人形劇(田中地区合同)  
中央公民館3F講堂

### 和のびのびっこひろば

- 7月5日(木) 七夕飾りを作ろう! 和コミュニティセンター  
7月26日(水) 水遊び 和コミュニティセンター

## 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30分~11時30分です。

- 7月3日(火)・和地区ぼけっとひろば  
(和コミュニティセンター)  
7月4日(水)・祢津地区ぼけっとひろば(祢津児童館)  
7月5日(木)・滋野地区ぼけっとひろば(滋野児童館)  
7月6日(金)・田中地区ぼけっとひろば  
7月10日(火)・育児座談会(篠原助産婦)  
7月11日(水)・絵本の読み聞かせ  
7月12日(木)・滋野・祢津のびのび合同バザー  
7月13日(金)・リズムあそび  
7月17日(火)・親子わらべうた、リズム遊び  
7月18日(水)・すくすくエアロビクス  
7月19日(木)・おもちゃドクター  
7月20日(金)・子育て勉強会  
7月23日(月)・すくすくクッキング(申込締切7/14)  
7月27日(金)・描こう!作ろう!

## 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9時30分~11時30分です。

- 7月4日(水)・ふれあい広場  
7月11日(水)・おはなし広場(BOOK童夢みまき)  
7月18日(水)・わんぱく広場  
7月20日(金)・0歳児のママ広場  
7月26日(木)・おもちゃドクター  
7月31日(火)・かみかみお誕生教室(平成18年7月  
生まれ対象・7/20申込締切)

## 7月の園開放のお知らせ

海野保育園 ☎62-2800

- 7月5日(木) 9:00~10:30  
\*園児と一緒に遊びましょう。  
7月12日(木) 14:30~15:30  
\*保育園の手作りおやつを食べましょう。  
7月27日(金) 時間は園にお聞きください。  
\*夕涼み会にお出かけください。  
(出店、盆踊りがあります。)

くるみ幼稚園 ☎62-0164

- 7月13日(金) 11:00~12:00  
\*誕生会(給食を食べよう・要予約)

田中保育園 ☎62-1602

- 7月13日(金) 16:00~18:00  
\*夏祭りにおいでよ。夕涼みをしながらおみ  
こしやお店屋さんを楽しんでね。  
(買い物を入れる袋を持ってきました。)

滋野保育園 ☎63-6468

- 7月14日(土) 9:00~11:00  
\*夏祭りを一緒に楽しみましょう。

祢津保育園 ☎63-6816

- 7月27日(金) 16:00~18:00  
\*夏祭りにお出かけください。

和保育園 ☎63-6529

- 7月21日(土) 9:00~11:00  
\*夏祭りにきてね。

東保育園 ☎62-3291

- 7月28日(土) 9:30~11:00  
\*夏祭りに来てね。

西部保育園 ☎63-6469

- 7月27日(金) 16:00~17:30  
\*夏祭りに来てね。

中央保育園 ☎67-2093

- 7月27日(金) 16:30~18:30  
\*夏祭りにお出かけください。

御牧原保育園 ☎67-2066

- 7月27日(金) 16:30~18:00  
\*夏祭りにきてください。



# 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  
FAX 63-5431  
●送付先 東御市役所総務部企画課 広報担当まで

## 大川区ほたる祭り

- 期間／6月23日(土)～7月1日(日)
- セレモニーのご案内
  - ・日時／6月23日(土)夜7時30分から
  - ・場所／大川区民広場(JA和支所前)  
お菓子、飲み物等用意してあります。
  - ・連絡責任者 出沢保則 ☎63-6074

## くるみ幼稚園バザー

- 日時／7月7日(土)午前10時～12時
- 場所／くるみ幼稚園 ホール・園庭にて  
風船、おもちゃ、野菜・花、手作り手芸品、家庭用品、  
手作りうちわの販売とスーパーボールすくい、輪投げなど  
楽しいコーナーがたくさんあります。
- 問い合わせ先／くるみ幼稚園 ☎62-0164

## とうみ混声合唱団 第13回演奏会

～心をかさね、声をかさねて～

- 日時／7月14日(土)午後2時開演(午後1時30分開場)
- 会場／東御市文化会館サンテラスホール
- 入場料／大人1,000円 小中高生500円
- 演奏曲／マドリガル名曲集  
心の四季  
ミュージカル メリーウイドウより
- 問い合わせ先／庄村 ☎090-2554-6466

## 陽だまりプレース

～働く人のメンタルヘルス相談処～のご案内

職場におけるメンタルヘルスの相談窓口を開設します。  
産業カウンセラーが親身になってあなたの相談をお受けし  
ます。(相談は無料で秘密は厳守されます。)

- 相談日  
上小地区／月の第3日曜日 午後1時から  
7月15日(日)・8月19日(日)・9月16日(日)  
10月21日(日)・11月18日(日)・12月16日(日)  
1月20日(日)・2月17日(日)・3月16日(日)  
会場／上田勤労者福祉センター  
佐久地区／月の第1日曜日 午後12時30分から  
7月1日(日)・8月5日(日)・9月2日(日)  
10月7日(日)・11月4日(日)・12月2日(日)  
1月6日(日)・2月3日(日)・3月2日(日)  
会場／佐久勤労者福祉センター
- 申込先／上田市材木町1-2-6 長野県東信労政事務所  
☎25-7144 FAX23-1642

## 自死遺族交流会のお誘い

身内が自死で亡くなった場合、死が「自死」であるがゆえに、孤独になりがちです。抱える悲しみや苦しみ・悩みを共有することによって、癒されることがあります。

安心して、辛く・苦しい胸のうちを語れる同じ体験をされた方々の会です。ご参加ください。

- 日時／毎月第2土曜日 午後1時30分～3時30分
- 場所／長野市内
- 費用／200円(お茶代)
- 対象／家族を自死で亡くされた方(自死された方の親・配偶者・兄弟・子ども。対象者以外の方の参加はお断りします。)
- 参加申込／精神保健福祉センター  
☎026-227-1810へ直接申し込む。
- 問い合わせ先／精神保健福祉センター  
長野市若里7-1-7 ☎026-227-1810  
担当 小山・出澤

## 「もう一度働きたい！」あなたの思いの実現を応援します 再就職準備セミナー

- 日時／7月17日(火)・18日(水) 午後1時～4時
- 会場／上田市「上田市市民プラザ“ゆう”」
- 内容／対話力・表現力を身につける  
「コミュニケーション実践講座」  
講師 コミュニケーションカウンセラー  
山田千津子さん  
説明 「再チャレンジサポートプログラム」
- 受講料／無料
- 託児あり／無料 1歳以上～就学前のお子さん(要予約)
- 参加申し込み先／(財)21世紀職業財団 長野事務所  
☎026-223-4521  
FAX026-223-4524  
E-mail: fvbk1830@nifty.com

## 公共職業訓練 3か月コース(8月生)

- 訓練科名／①CAD製図科  
電気製図の関連知識を理解し、二次元CADシステム技術を習得します。  
②ビジネスアプリケーション科  
各種アプリケーションソフトの基本・応用操作を習得します。
- 訓練場所／長野職業能力開発促進センター  
(ポリテクセンター長野)
- 募集定員／各20名
- 訓練期間／8月21日(火)～11月9日(金)  
月～金曜日 午前9時10分～午後3時40分
- 受講料 無料。ただし、教科書は自己負担
- 応募資格／①ハローワークに求職登録をしている方。  
②全訓練期間を通して、精力的に訓練受講および就職活動ができる方。  
③訓練期間中または訓練修了後に訓練関係分野に就職する意欲を強く持っている方。  
◆上記の項目を全て満たす方。
- 申込先／お住いの地域のハローワーク
- 応募締切／7月25日(水)
- 入所選考／8月1日(水) 職業適性検査、面接
- 問い合わせ先／長野職業能力開発促進センター  
(ポリテクセンター長野)  
〒381-0043 長野市吉田4-25-12  
☎026-243-7856(訓練課受講者係)



# 図書館だより 新着本案内



## ▶ 一般書

- 水漬く魂 第2部-赤に燃える- 小嵐 九八郎・著
- 遭難、 本谷 有希子・著
- 中原の虹 第3部 浅田 次郎・著
- 微熱の街 鳴海 章・著
- 塩野七生「ローマ人の物語」スペシャル・ガイドブック 新潮社出版企画部・著
- 秘花 瀬戸内 寂聴・著
- 美男の国へ 岩井 志麻子・著
- 天保暴れ奉行 中村 彰彦・著
- 実朝の首 葉室 麟・著
- 暗殺の牒状 澤田 ふじ子・著
- ドリームバスター 4 宮部 みゆき・著
- 夜は一緒に散歩しよう 黒 史郎・著
- いつでも、オーガニックコットンと。 渡部 さと・著
- はじめてのベリーダンス イカロス出版・発
- リラックマとかわいいキャラおりがみ 主婦と生活社・発

## ▶ 児童書

- 人食いとらのおんがえし 長野 ヒデ子・絵
- おかあさんとさくらの木 田中 清代・絵
- つばさをもらったライイオン クリス・コノヴァー・絵
- めちゃくちゃはずかしかったこと エマニュエル・エカウト・絵
- おまかせコックさん 鈴木 まもる・絵
- もくもくやかん かがくい ひろし・絵
- 夕暮れのマグノリア 安東 みきえ・作
- みつやくんのマークX 渡辺 茂男・作
- 海にきらめく鏡の城 ジェニー・ニモ・作
- おむすびさんちのたうえのひ かがくい ひろし・絵
- ノックがとんとん にしかわ おさむ・絵
- ワンちゃんにきかせたい3つのはなし トルー・ケリー・絵
- しろいはうさぎ クオン ユンドク・絵
- よじはんよじはん イ ヨンギョン・絵

### 「おはなしはらっぱ」の読み聞かせ会

日時：7月7日(土) 午前10時30分から  
 場所：東御市立図書館 2階読書会室  
 内容：・手あそび

- ・紙芝居「こぎつねたっくんのたなばたさま」「ねがいごとはないしょのひみつ」
- ・エプロンシアター「大きなかぶ」
- ・絵本「ぞうくんのさんぽ」「ちよっといれて」

●申し込み・問い合わせ先 東御市立図書館 ☎64-5886

## とうみチャンネル 6月21日～7月5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。

6月21日(木)	血清亜鉛濃度調査及び食事調査の結果報告会(再) 3月26日ケアポートみまき
22日(金)	Weekly! ウィークリーとうみ ～東御市内の話題～
23日(土)	保育園! 春の遠足 ～中央・御牧原～
24日(日)	<男女共同参画講演会> ・地域の実践発表 ・講演会「暮らしを楽しむ働きかた」
25日(月)	第57回 和子供相撲大会(再)
26日(火)	北御牧中学校 修学旅行記(再) ～奈良・京都の旅～
27日(水)	東部中学校 修学旅行記(再) ～広島・奈良・京都の旅～
28日(木)	祢津東町歌舞伎公演(再) ・三番叟 ・祢津小学校子ども歌舞伎クラブ

29日(金)	Weekly! ウィークリーとうみ ～東御市内の話題～
30日(土)	瞳輝いて保育の翼～6月生まれのお誕生会～
7月1日(日)	月刊とうみチャンネル6月号～前編～ <健康管理番組>信州健康レポート
2日(月)	月刊とうみチャンネル6月号～後編～
3日(火)	祢津東町歌舞伎公演(再) ・東町歌舞伎保存会「御所桜堀川夜討 弁慶上使」
4日(水)	<市民ビデオ> 北御牧中学校吹奏楽部 スプリングコンサート(再)
5日(木)	第4回 東御市子どもフェスティバル(再)

21:45～ 一週間まるごと「とうみチャンネル」を放送します。(金曜日を除く)

18:00～19:00まで「サイエンスチャンネル」を放送します。(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

●6月のとうみケーブルテレビ利用料は6月25日に口座振替いたします。

●問い合わせ先 企画課 ケーブルテレビ係 ☎67-2981

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。

# 新盆のお見舞は 簡素化しましょう

今年新盆を迎える皆様には心よりお悔やみ申し上げます。

さて、東御市生活改善申し合せ事項により、「暮らしの中のムダを省き、住み良いまちづくりをすすめる」という生活改善の趣旨に沿い、一昨年度から、東御市全体として新盆の見舞い金をやめ、見舞い者に記帳していただく方式に改善しています。

お見舞いをする側、受ける側の気持ちを大切にしながら、見舞金、見舞返しについては、生活改善の趣旨にのっとり簡素化していきましょう。

## ～新盆該当世帯様へお願い～

◆**新盆見舞金についての掲示物《下記参照》**を、※東御市中央公民館、滋野・祢津・和・北御牧の各地区公民館に用意しておりますので、お手数ですが、上記の公民館に受け取りにお越しくください。また、新盆期間中は、玄関先に貼っていただくようご協力をお願いいたします。(掲示物は無料です)

(大きさはA2版)

生活改善の趣旨にご協力ください

## 新盆見舞いについて

◎ご香料等はいただきません。

◎お返しは致しません。

◎ご芳名をご記帳ください。

東御市生活改善推進協議会

※中央公民館、北御牧公民館は、平日、休日ともに夜10時まで開館しています。

東御市中央公民館 ☎64-5885 東御市県288-4

東御市北御牧公民館（北御牧総合支所） ☎67-3311 東御市大日向337

※滋野・祢津・和の各地区公民館は、月・水・金の午前9時から午後5時までの間にお越しく  
ださい。なお、滋野公民館については現在建替え中のため仮事務所（JA信州うえだ東御支所  
滋野店）といたします。

●問い合わせ先 東御市生活改善推進協議会（東御市中央公民館内） ☎64-5885

# 池の平へはシャトルバスを ご利用ください。

## 自然保護と交通渋滞緩和のため マイカー規制にご協力ください。

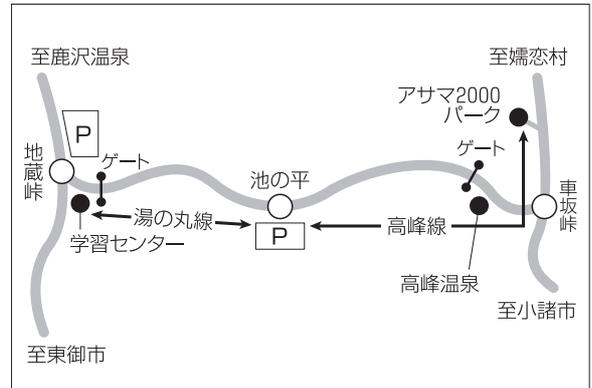
池の平湿原は、標高2000mに広がる高層湿原で、年間を通じ約650種の高山植物が見られ、フラワートレッキングが楽しめます。

### ■シャトルバス運行日

7月	14日 (土)	15日 (日)	16日 (祝)	21日 (土)	22日 (日)	28日 (土)	29日 (日)	
8月	4日 (土)	5日 (日)	11日 (土)	12日 (日)	13日 (月)	14日 (火)	15日 (水)	16日 (木)

### ■シャトルバス運行路

- 湯の丸線 湯の丸地蔵峠駐車場⇔池の平駐車場
- 高峰線 アサマ2000パーク駐車場⇔車坂峠⇔  
高峰温泉⇔池の平駐車場



### ■シャトルバス利用料

大人（中学生以上）＝往復1,000円 片道600円  
子ども（小学生）＝往復 500円 片道300円

### ■シャトルバス時刻表

湯の丸地蔵峠駐車場始発 7：30 最終16：00（この間30分間隔で運行）  
アサマ2000パーク駐車場始発 7：30 最終16：00（この間30分間隔で運行）  
池の平駐車場始発 8：00 最終16：30（この間30分間隔で運行）

### ■観光バス・タクシーご利用の方

乗車人数分の森林利用者協力金（大人50円・子ども20円）を、入口ゲートでお支払い下さい。  
森林利用者協力金は森林・施設の整備、環境美化などに使われます。

●問い合わせ先 商工観光課 観光係 ☎64-5895

## 東御市文化協会

# ～音楽部会ホームコンサート～

- 日 時 7月29日（日） 午後1時30分開場 2時開演
- 場 所 中央公民館 3階講堂
- 入 場 無料
- 演奏団体 ハーモニカクラブ、ピチカート・アンサンブル、  
ハーモニー 2000、フルートアンサンブル・エオリア、  
あうん

\*ハーモニカやリコーダーの懐かしい音色、フルートの華やかな音色、  
一緒に口ずさみたくなる、あの歌で楽しいひとときを過ごしませんか。

●問い合わせ先 東御市文化協会 音楽部会 竹田 ☎63-0310

## 夏休みに、家族で参加してみませんか！ 平成19年度 東御市生涯学習市民大学講座「夏期講座」 環境講座

### ～ 環境を体感する・実践する・考える ～

いまや、環境問題は、人類全体の共通の課題です。とくに、地球温暖化の問題は、すぐに行動に移さなければならない緊急課題です。わたしたちが「何をしなければならないのか？ 何ができるのか？」まずは、いっしょに考えてみましょう！

◆日時 8月11日(土) 午前9時～午後4時(受付：午前8時30分)

◆場所 東御市中央公民館 第1学習室

◆日程 9:00～9:05 オリエンテーション

9:15～10:15 第1時限

演題：「公害問題 きれいな水を守る」

講師：長野県産業環境保全協会 環境カウンセラー 平林 昭敏 先生

内容：公害について学びながら、命の水がどこから供給されているのか、使った水はどこに流れていくのか市内の上下水道について学びます。

10:30～13:00 第2時限(昼食)

演題：「環境調和型食生活の実践～エコクッキング～」

講師：環境カウンセラー 宮原 則子 先生

内容：料理をする時のガスや水の削減術と食材を使い切るレシピを学びます。

13:15～15:00 第3時限

演題：「わたしたちのまちの体温測定」

講師：長野県環境保全研究所 研究員 浜田 崇 先生

内容：外に出て、まちにある様々なものの温度を測定し、都市の温暖化(ヒートアイランド)や地球温暖化について考えます。

◆対象者 どなたでも受講できます。(ただし、小学生4年生以上)

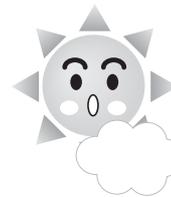
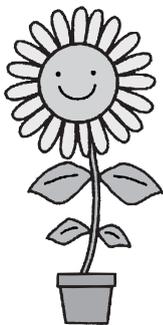
◆参加費 500円(昼食の材料代)とお米1合 ※飲み物は各自持参下さい。

◆お申し込み方法 6月29日(金)～8月3日(金)までの間に、事務局へお電話でお申し込み下さい。なお、定員になり次第締め切ります。

●主催/東御市 東御市教育委員会 東御市公民館

●申し込み・お問い合わせ先/

東御市教育委員会 生涯学習課 生涯学習係 ☎64-5885 FAX64-5610



定員24名!