

文化会館インフォメーション
~INFORMATION~

田村麻子クリスマス・コンサート

12月4日(金) 開場18:30 開演19:00 2500円(全席自由)

※5歳未満入場不可 6歳以上有料

「神々の楽器」スタインウェイを聞こう! 弾こう! 歌おう!

第6回クリスマス・ピアノ・コンサート



12月19日(土) 開演13:30 入場無料

独奏、管楽器との共演、親子演奏はじめ
声楽やオーケストラとの共演も実現!

チャンス! お楽しみ抽選会 あります!



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

梅野記念絵画館・ふれあい館・丸山晚霞記念館 インフォメーション

私の愛する一点展

■全国各地 80 人から 80 点の「愛する一点」。絵が日々にある豊かさ実感。



あい・愛する一点 2009年

ボランティア募集

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

◆詳しくは下記まで。担当:佐藤◆



「顔」120枚 2.2m×2.2m

開業50年

水野朝展

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

時: 中村正義

11月21日(土)
~1月24日(日)
同時開催中

梅野記念絵画館

www.umenokinen.com

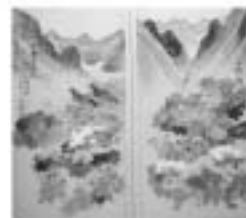
■東御市八重原935-1 ■TEL0268-61-6161 ■9時~17時 ■11/24, 30, 12/7, 14, 21, 24~1/4休館

開館三周年記念展

掛け軸、屏風展 1/31(日)迄

丸山晚霞記念館

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



(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。)

とうみケーブルテレビに勤務する臨時職員を募集します

- 募集人員 1名
- 勤務地 とうみケーブルテレビ（東御市大日向319）
- 勤務開始 平成22年1月
- 勤務時間 午前8時30分～午後5時30分
- 担当業務 有線放送電話の保守及び番組取材・編集他
- 応募資格 普通自動車免許を有する通勤可能な方・北御牧地区の地理に詳しい方
テレビ等の電気機器の取り扱いに詳しい方・映像技術の知識のある方
- 応募書類 東御市職員採用試験申込書（総務課総務係に直接ご請求いただくか、市ホームページからダウンロードしてご使用ください。）
- 募集期限 12月15日（火）
- 応募先 総務課 総務係
- 採用試験 応募締め切り後に面接試験を行い、採用を決定します。

●問い合わせ先 雇用条件：総務課 総務係 ☎64-5876
勤務内容：企画課 ケーブルテレビ係 ☎67-2981

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、『東御市生涯学習カレンダー（平成22年4月～9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 ①人物が写っている写真で、市内を撮影したもの。
②4月～9月の間に撮影された季節感のある写真。
（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）
※写真はお返してきませんので、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 1月12日（火）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（平成22年4月～9月版） 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			

第3回星空観察会開催

12月になり、東の空には早くも冬の星座が登ってはきていますが、頭上はまだ秋の空です。頭上にははっきりした四辺形の「ペガスス座」がきらめき、秋の星座を探す目印になります。ギリシャ神話にある壮大な物語を思い浮かべながら秋の星座を心行くまで眺めましょう。

☆日 時 12月12日(土) 午後7時～8時

☆場 所 和コミュニティセンター、及びその周辺

☆内 容 星についてのお話 星の観察

(曇りや雨の場合はプロジェクターで映像を

見ながら星のお話)

☆解 説 小林将喜さん

☆持ち物 懐中電灯や双眼鏡(ある人)

☆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、小学生は保護者と参加してください。(送迎のみ可)

※この観察会は、参加申し込みの必要はありません。



ふれあい講座受講希望者募集

クリスマスやお正月に向けて、三つのふれ合い講座を開講します。

希望者は下記までお申し込みください。

各講座とも 会 場：和コミュニティセンター

募集人員：10名(定員になり次第締め切らせていただきます。)

◆レザークラフト(皮工芸)講習会

模様や色をカラープリントした豚皮三枚を火を使って加工し、花芯をつけるブローチづくりです。クリスマスパーティーのコサージュやプレゼントにどうぞ。

日 時：12月19日(土) 午後1時～3時

講 師：小林俊子さん 受講料：1,000円(材料費1セット)

持ち物：エプロン・はさみ・チャッカマンやロングライター(ある人)

◆フラワーアレンジメント講習会

クリスマスやお正月用に身近な材料を活かして、フラワーアレンジメントを楽しんでみませんか。

日 時：12月20日(日) 午前9時～正午

講 師：山浦夏子さん 受講料：500円程度(材料費)

持ち物：生け花用はさみ

◆門松づくり講習会

手づくりで門松を作って、新しい年を迎える準備をしませんか。

日 時：12月27日(日) 午後1時～4時

内 容：稲わら・竹・杉の葉を使って高さ約80センチの門松一対を作ります。

受講料：600円(材料費)

持ち物：ペンチ はさみ(普通のはさみで結構です。)

その他：この講座は初受講者の方のみ受け付けとなります。

車など作品を持ち帰られる準備をしてください。



●申し込み・問い合わせ先 和コミュニティセンター ☎62-0201(火・木は午前中のみ)

新春 書き初め大会

■期 日 平成22年 1 月 5 日(火)

■時 間 受付 午前10時から
開始 午前10時30分から
終了 午後 1 時頃

■会 場 中央公民館 講堂他

■参加費 500円 (当日受付にて)

■持ち物 筆・墨容器・文鎮・古新聞紙 5 枚 (練習用)・下敷
手本 (学校のものや書きなれたもの)
※書き初め用紙は、主催者側で用意します。

■参加申込み 12月21日(月)までに中央公民館へ電話でお申込みください。

■その他 ①小・中学生は学年別にグループ指導します。

成人は漢字・かな別にグループ指導します。

②終了後、お雑煮の昼食会を行ないます。

③当日書いた作品は、1 月 5 日(火)から12日(火)まで中央公民館ホールに展示します。



■主 催 東御市公民館・東御市教育委員会

■共催(講師) 東御市文化協会書道部会

■協力(料理) 東御市食生活改善推進協議会

●申し込み・問い合わせ先 東御市中央公民館 ☎64-5885 FAX64-5610

スキー・スノーボード教室

■日 時 〔1回目〕平成22年 1 月10日(日) 午前10時から

〔2回目〕平成22年 1 月17日(日) 午前10時から

※両日とも午前 9 時30分から受付

■場 所 湯の丸スキー場 (集合は湯の丸センター前)

■参加資格 市内在住または在勤者

・スキーは小学生以上

・スノーボードは中学生以上

■参 加 料 各回1,000円 (当日受付へ)

■申し込み方法 下記スポーツ係まで電話で申し込んでください。

※平日の午前 8 時30分~午後 5 時

■申し込み締め切り 〔1回目〕平成22年 1 月 6 日(水)

〔2回目〕平成22年 1 月13日(水)

■定 員 スキー 80人/スノーボード10人
(定員になり次第締め切ります)

■そ の 他 ※昼食は各自で用意してください。

※リフト券 (11回券 1 割引) は当日受付で販売します。なお、1 月10日は小学生以下の方はリフト500円/日となります。



●申し込み・問い合わせ先 生涯学習課 スポーツ係 ☎62-2200

市営住宅入居者募集

●一般募集

募集住宅名	構造規模	建設年度	所在地	募集戸数	家賃
日向が丘団地	3DKB	S62	海善寺854-90	2	17,700円～39,100円
御牧原団地	3DKB	S60	御牧原2746-1	1	11,300円～22,200円

●優先枠募集 生活保護・母子・身体障害者等の世帯の方

募集住宅名	構造規模	建設年度	所在地	募集戸数	家賃
日向が丘団地	3DKB	S61	海善寺854-90	1	17,700円～39,100円
大日向団地	3DKY	H2	大日向166-1	1	19,600円～47,100円

*1 構造規模の表示 算用数字：室数、DK：台所兼食事室、B：浴室のみ（風呂釜・浴槽なし）、Y：浴室（風呂釜・浴槽付）

*2 家賃月額が入居者の収入により異なります。

入居のための条件	現在、市内に住所または勤務場所を有する者。 同居親族がある者。 住宅に困窮していることが明らかな者。 市税を滞納していない者。
収入基準 (控除後の月額)	政令で定める収入基準に適合している者（下記参照） 一般世帯：158,000円以下。 高齢者・障害者等の世帯：214,000円以下。

※控除後の月額とは、所得額から同居親族1人38万円・老人(70歳以上)1人10万円・16～22歳1人20万円等を控除し、12で割った額

入居の申し込み受付期間及び抽選日

受付期間 平成21年12月8日(火)～12月15日(火) 午前8時30分～午後5時30分(土日は除く)

抽選日 平成21年12月22日(火) 午前10時から 勤労者会館2階大会議室(市役所西側)

入居申し込みは、市役所にある所定の申込書に次の書類を添付し、定められた募集期間内に市役所建設課管理係へ直接お申し込みください。

入居申込に必要な書類

- ・入居申込書（市役所備え付けのもの）※東御市HPからダウンロードできます。
- ・住民票の写し（家族全員のもの）
- ・所得証明書（15歳以上全員）
- ・納税証明書（完納証明書）
- ・その他入居者の状況に応じて市が指定する書類（婚約証明書、退職証明書、身体障害者手帳の写しなど）

注意事項

入居を許可するにあたっては、2名の連帯保証人の連署する入居誓約書、連帯保証人の印鑑証明書・所得証明書・納税証明書等の市が指定する書類と敷金（家賃3カ月分）が必要になります。

入居した日から14日以内に住所の変更手続きを行ってください。

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。 ・市税等の滞納がないこと。
- ・市内に居住していること。 ・未成年でないこと。
- ・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。
- ・成年被後見人または被保佐人でないこと。

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

東御市不妊治療費補助金について

東御市では、少子化対策の充実及び不妊治療を受けている夫婦の経済的負担の軽減を図るため、当該不妊治療に係る経費に対して補助金を交付しています。

●補助金を受けることができる方

- ①保険外診療の不妊治療を受けている②、③に該当する法律上の夫婦
- ②申請日の1年以上前から東御市に住民登録されていること
- ③夫婦に市税等の滞納がないこと

●補助金交付の対象となる不妊治療

特定不妊治療（体外受精、顕微授精）以外の保険適用外の不妊治療医療費

＊長野県助成事業の対象は、県が指定する医療機関で実施した特定不妊治療医療費です。長野県助成事業を優先して、次に東御市の交付申請手続きをしてください。

●補助金の額

補助対象医療費の2分の1の額で、1年度あたり10万円を上限とします。

●申請手続きに必要な書類

東御市不妊治療費補助金申請書等を提出していただき、審査承認後支払いとなります。

※申請書は保健係にあります。

●申請時期

不妊治療を行った年度（4月1日～翌年3月31日）の医療費分の申請を年度末日まで。

●申請・問い合わせ先 健康保健課 保健係 ☎64-8882

市有地の売払いについて

下記市有地の土地及び建物について、一般競争により売払いします。希望者は参加してください。

1 売払い物件

- ・物件番号① **新張市営住宅跡地**

所在地：東御市新張字舞台1番地10(土地) 地目：宅地 面積264.80㎡

- ・物件番号② **島川原市営住宅団地跡地**

所在地：東御市島川原字西村246番地2(土地) 地目：宅地 面積596.22㎡

2 売払い条件

- ・現状での競売とします。
- ・落札者は公序良俗に反しない土地利用を行うこと。なお、ほかにも条件がありますので詳細は問い合わせ先へお願いします。

3 入札条件

- ・入札者は、地方自治法施行令第167条の4の規定に該当しない者であること。なお、ほかにも条件がありますので、詳細は問い合わせ先へお願いします。

4 入札申込書受付場所及び時間

市役所総務課財政係

午前8時30分～午後5時（土日・祝日は除く。）

5 入札申込書受付期限

12月16日(水)（厳守）

6 入札日時

12月24日(木) 午後1時30分（受付時間：午後0時45分から午後1時15分まで）

※時間厳守でお願いします。入札時間に遅れると入札に参加できませんので、ご注意ください。

7 受付及び入札場所

東御市勤労者会館2階大会議室（市役所本庁舎西側）

8 現地説明会

12月11日(金) 物件番号①②とも 午前9時30分～11時

現地にて競売物件等についての説明会を行いますので、入札参加希望者は、参加してください。なお、車で来られる方は所定の場所へ駐車をお願いします。（物件番号②の所定駐車場は狭いのでご注意ください。）

農振農用地除外申請について

市では、「農業振興地域の整備に関する法律」に基づき、特に農業振興を図っていく地域を「農業振興地域」として、優良農地の保全・確保に努めています。

この「農業振興地域」では、農地を農業以外の目的に利用することができません。やむを得ず住宅など他の目的に利用したい場合は、農振農用地区域からの除外手続きが必要です。

計画のある方は申請してください。

○申請期間 平成22年1月12日(火)～1月29日(金)

○申請書類 農林課に用意してあります。

○その他 ・除外が認められるためには、土地改良事業を実施していないことや除外後の農用地の集団性が確保されるなどの要件を満たすことが必要です。
・次回申請は平成22年7月を予定しています。

●申請・問い合わせ先 農林課 農政係 ☎64-5894

9 入札保証金 物件番号① 7万円、物件番号② 22万円（入札当日必要です。）

契約保証金 契約金額の10%以上の額（落札者は売買契約時に必要です。）

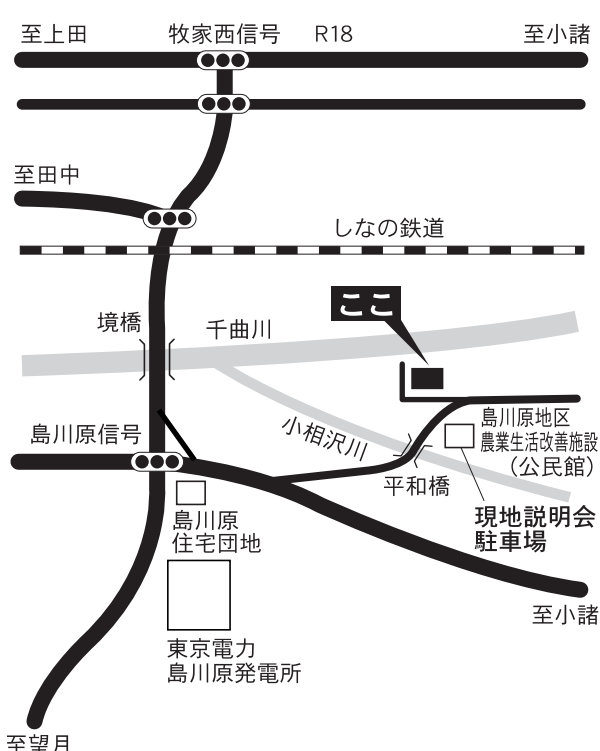
10 落札予定額(落札最低価格) 物件番号① 1,201,397円(土地)
物件番号② 4,266,550円(土地)

11 入札の無効 入札参加に必要な資格のない者が行った入札、または入札に関する条件に違反した入札は無効となります。

物件番号① 新張市営住宅跡地



物件番号② 島川原市営住宅団地跡地



●入札申込み・問い合わせ先 総務課 財政係 ☎64-5805 FAX63-5431

食べ方見直し塾 参加者募集

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

みなさんのご参加をお待ちしています。

- 対象者 19歳からおおむね65歳までの市民 10名程度
(定員になり次第締め切り)
- 会場 総合福祉センター 2階調理室
- 時間 午前9時30分～午後0時30分
- 参加費 1回200円



日 程	内 容
平成22年1月5日(火)	ちょうど良いエネルギーと食事量は？ 試食あり
12日(火)	1日分の食事を書き出してみよう。
19日(火)	間食、ちょっとなら本当に大丈夫？ 試食あり
26日(火)	油・脂 どちらも摂りすぎないポイント 試食あり

●申し込み方法…開催1週間前までに電話でお申し込みください。

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

音訳ボランティア養成セミナー開催

社会福祉協議会では、視覚障がい者を正しく理解し、目の不自由な方への市の広報紙や本などを声に出して読む音訳(朗読)ボランティアの養成講座を開催します。今回は、音訳し情報提供するための初級技術について学びます。

- 対象者 音訳ボランティアに興味のある方
- 募集定員 15名程度
- 参加費 無料

- 日程・内容 第1回 平成22年1月9日(土) 午後1時30分～3時30分
「音訳ボランティアの必要性」～サービスをきっかけに一緒に成長しよう～
講 師 出沢和也氏(視覚障がい者)
補 助 りらの会 会員
- 第2回 平成22年1月14日(木) 午後1時30分～3時30分
「音訳実技」～最新録音機器の紹介と国内外の視覚障がい者の現状～
講 師 西澤達夫氏(シナノケンシ社員)
- 第3回 平成22年1月21日(木) 午後1時30分～3時30分
「朗読講習」～元SBCアナウンサーと一緒に朗読してみませんか～
講 師 大久保知恵子氏(元SBCアナウンサー)

- 会場 総合福祉センター ボランティアルーム2
- 申し込み締め切り 12月22日(火)

●申し込み・問い合わせ先 東御市社会福祉協議会 ☎62-4455

『よろず相談所』を開きます

12月の「東御市よろず相談所」を、下記のとおり開催します。

●日時 12月18日(金) 午前9時～11時

【受付時間は、午前8時45分～10時30分です。】

●場所 東部人権啓発センター

●相談内容 法律（弁護士）、登記（司法書士）、人権、行政、消費生活などに関する相談に応じます。

●消費生活相談について

消費生活相談とは、「催眠商法で契約してしまったが解約したい」「しつこい勧誘の電話が断っても掛かってくるがどうしたものか・・・」など、皆さんの生活の中でのトラブルに対して相談に応じ、アドバイスしたり解決に向け別の機関を紹介したりします。

消費生活相談に専門の知識を持った相談員が応じます。

●事前予約

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

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

●事前予約・問い合わせ先 東部人権啓発センター ☎64-5902

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

働く人のメンタルヘルス相談処 陽だまりスペース

あなたの心は健康ですか？

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あなたの悩みをお聞きます。

●会場・日時／

◇佐久勤労者福祉センター

平成22年1月10日(日)、2月7日(日)、3月7日(日)
午後0時30分から

◇上田勤労者福祉センター

平成22年1月17日(日)、2月21日(日)、3月14日(日)
午後1時から

●その他／

相談希望日の1週間前までに電話予約をお願いします。
相談料無料で秘密は厳守されます。

急を要する場合は、開催日以外でも相談をお受けしますのでご連絡ください。

●申し込み・問い合わせ先／

長野県東信労政事務所 ☎25-7144

「話合いでトラブル解決」

利用しやすい民事調停について

民事調停手続は、調停委員会が当事者双方の言い分を聴

き、歩み寄りを促し、当事者の合意によって紛争の解決を図る手続です。法律的な評価をもとにしながらも法律のみにとらわれず、紛争の実情に応じた柔軟な解決を図ることができる点が特徴です。

民事調停手続は、訴訟ほどには手続が厳格ではないため、だれでも簡単に利用できる上、当事者は調停委員会の進行に従って比較的自由な形で言い分を述べることもできる等の利点があります。

裁判所の窓口には、賃金請求等いくつかの種類の定型の調停申立書が備え付けられているほか、裁判所ウェブサイト (<http://www.courts.go.jp/>) から一部定型申立書をダウンロードすることができます。

詳しくは下記までお問い合わせください。

●問い合わせ先／長野地方裁判所事務局総務課庶務係

☎026-403-2008

アスベスト・じん肺・振動病・難聴など 労災職業病の相談会のご案内

次のような症状でお悩みの方はいらっしゃいませんか？

- 「せきや痰が続く」（ほこりを吸い込む仕事をしていた人）
- 「手がしびれたり、冷たい。寒い時は指先が白くなる」（チェーンソーや削岩機、電動のこぎりなど振動工具を使った人）

- 「テレビの音が大きすぎると家族に言われる」「耳鳴りがひどい」（騒音がひどい職場で働いた人）

など、気になる症状がありましたら、お気軽にお出かけください。当日は聴力測定もできます。

●日時／12月26日(土) 午前10時～午後4時

●会場／東御市中央公民館 第2学習室

●問い合わせ先／全日本建設交運一般労働組合・

長野県労災職業病支部

☎0263-36-7826

FAX0263-36-7829



●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	期 日	内 容	対 象 者
12月15日(火)	3歳児健診	平成18年10月生まれの人	1月19日(火)	3歳児健診	平成18年11月生まれの人
16日(水)	2歳児歯科健診	平成19年10月生まれの人	20日(水)	2歳児歯科健診	平成19年11月生まれの人
17日(木)	10か月児健診	平成21年2月生まれの人	22日(金)	10か月児健診	平成21年3月生まれの人
22日(火)	4か月児健診	平成21年8月生まれの人	26日(火)	1歳6か月児健診	平成20年7月生まれの人
24日(木)	1歳6か月児健診	平成20年6月生まれの人	27日(水)	4か月児健診	平成21年9月生まれの人

* 8か月児おたずね票は、離乳食教室にお持ちいただくか市保健センターへ郵送してください。

●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15分～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カ月未満	12/8(火) 1/12(火)	・接種後27日間は他の予防接種は受けられません。 ・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。 ・BCGは、生後3～6カ月未満で受けなければなりません。

●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20日～56日までの 間隔で3回接種 追加 初回接種(3回目)の1年～ 1年6か月の間に1回接種	生後3か月を過ぎたら 早目に 通 年 初回接種終了者	・接種間隔内で受けましょう。 ・接種後6日間は他の予防接種は受けられ ません。 ・生後3か月から7歳半までに接種を受け てください。
麻しん風しん 混合ワクチン	第1期 期間内に1回接種 第2期 期間内に1回接種 第3期 期間内に1回接種 第4期 期間内に1回接種	生後1才から2才になる児 平成15年4月2日～ 平成16年4月1日生 平成8年4月2日～ 平成9年4月1日生 平成3年4月2日～ 平成4年4月1日生 通 年	・接種後27日間は他の予防接種は受け られません。 ※2回接種が義務づけられました。第 2期～第4期の対象者は早目に忘れ ず受けましょう。

●高齢者インフルエンザ(季節性) 定期予防接種について

1. 実施期間 12月31日までの間
2. 対象者 東御市に住所のある、接種当日に満65歳以上の方
3. 接種回数 実施期間内1回
4. 接種場所 市内の下記の医療機関または県内実施医療機関
5. 予防接種を希望される方は、医療機関へ必ず予約をしてください。
予診票(市内は医療機関にあります)に必要事項を記入し、医師の診察を受け接種を受ける。
*市外で接種を受ける場合は、予診票がありませんので保健係へ連絡をお願いします。
6. 費用 自己負担額1,000円(残りは市で負担します)
◎生活保護法による被保護世帯の方は自己負担額が免除になりますので、該当される方は保健係まで連絡をお願いします。
7. その他 *体調に心配のある方や治療・内服をしている方は、あらかじめ主治医に相談をしてください。

●個別予防接種及び高齢者インフルエンザの予防接種実施医療機関

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
春原整形外科クリニック	常田399-1	64-6200			

●もぐもぐ離乳食教室

(午前9時30分～11時30分)

- ・と き 1月14日(木)
- ・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21年5月生まれ
- ・持 ち 物 母子手帳、食事用エプロン
赤ちゃんすくすくブック
8か月児おたずね票

※参加できない方はおたずね票を記入し保健センターへ郵送またはご持参ください。

●母と子の健康相談

- ・毎週火曜日(祝祭日除く)
- ・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・育児相談などお気軽に おでかけください。

●母乳相談日(予約制) 午前

- ・と き 12月16日(水)、1月27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・卒乳などで相談したい人

●メタボリック相談

- ・と き 毎週火・水・木曜日(祝祭日を除く)
午前9時～午後5時
- ・と ころ 総合福祉センター内健康増進係
- ・相談ダイヤル ☎64-8883

●花みずき会(こころのボランティア)

- ・と き 1月8日(金) 午後1時30分～4時
- ・と ころ 中央公民館

●こころの相談日(予約制)

- ・と き 12月22日(火)
- ・と ころ 市保健センター
- ・スタッフ 保健師

●精神障害者デイケア

- ・と き 12月16日(水)、1月20日(水)
午前9時30分～11時30分
- ・と ころ 市保健センター

●断酒会

- ・と き 12月14日(月)、12月28日(月)、1月11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、どなたでも参加できます。

●陽だまりの会(精神障害者家族会)

- ・と き 12月14日(月)、1月13日(水)
午前10時から
- ・と ころ 市保健センター

⊕ 日曜当番医 ⊕

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

12月 6日 東御市民病院 ☎62-0050 鞍 掛

13日 東御市民病院 ☎62-0050 鞍 掛

20日 せき内科クリニック ☎64-7171 本海野

27日 さ さ き 医 院 ☎64-3711 本海野

休日歯科当番表

(診療時間は午前9時から午後3時まで)

- 12月 6日 櫻井歯科医院 ☎25-3770 上田市福田
13日 一理堂歯科医院 ☎22-1443 上田市中央
20日 蒼久保歯科医院 ☎35-0507 上田市蒼久保
23日 グリーン歯科 ☎43-2831 上田市中丸子
27日 滝澤歯科クリニック ☎24-9774 上田市国分
29日 南里歯科医院 ☎64-4070 東御市海善寺
アキワ歯科クリニック ☎24-1300 上田市秋和
30日 宮原歯科医院 ☎49-2112 青木村田沢
馬場歯科医院 ☎27-8499 上田市常田
31日 ながと歯科診療所 ☎68-0010 長和町古町
草間歯科医院 ☎21-4618 上田市中央西

※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

※訂正とお詫び

市報とうみ本紙11月号で掲載した、「新型インフルエンザワクチン接種について」の中で、接種できる医療機関に「ちいさがたの家診療所」が記載されていますが、ちいさがたの家診療所では入所者以外の方は診療できません。訂正しお詫びします。

絵本の森へようこそ

BOOK童夢みまきからお知らせ

☆12月のおはなし広場

- と き 12月22日(火) 午前10時45分から
- ところ BOOK童夢みまき2階
- 対 象 就園前の乳幼児
- 内 容 絵本の読み聞かせ、手遊びなど

☆絵本紹介

・～エロール・ル・カインの世界～

1941年にシンガポールで生まれたイギリス人です。少年時代に、インド・日本・香港・サイゴンなどで過ごしています。14歳で作ったアニメーションが認められて以来、数々の才気あふれる絵本を生みつづけ「ハイフサのちいさかったころ」でケイト・グリーンウェイ賞を受賞しています。作品には「いばらひめ」「おどる12にんのおひめさま」「ハーメルンの笛ふき」など数多くあります。「魔術師キャッツ」を遺作に1989年に亡くなりました。



『キューピッドとプシケー』
ウォルター・ペーター／文
エロール・ル・カイン／絵
柴 鉄也／訳
ほるぷ出版

●問い合わせ先 BOOK童夢みまき ☎・FAX67-3711

とうみチャンネル 12月3日～24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。

12月3日	(木)	「コミュニティFM」セミナー＜基調講演＞（再） 講師：井上悟氏（株式会社エフエムきらら代表取締役）
4日	(金)	Weekly! ウィークリーとうみ ～東御市内の話題～
5日	(土)	第6回東御市マラソン大会 ～芸術むら公園一帯～
6日	(日)	平成21年度 北御牧地区「敬老会」（再）
7日	(月)	＜議会中継＞AM9：00～（予定） 平成21年度 東御市議会第4回定例会一般質問 第18回 巨峰の王国まつり（再）
8日	(火)	＜議会中継＞AM9：00～（予定） 平成21年度 東御市議会第4回定例会一般質問 信州御牧太鼓保存会15周年記念演奏会
9日	(水)	平成21年度 保育園運動会 ～中央保育園～（再）
10日	(木)	平成21年度 保育園運動会 ～滋野保育園～（再）
11日	(金)	Weekly! ウィークリーとうみ ～東御市内の話題～
12日	(土)	第45回北御牧地区一周駅伝大会 ～スタート～

13日	(日)	第45回 北御牧地区一周駅伝大会 ～中盤～
14日	(月)	第45回 北御牧地区一周駅伝大会 ～ゴール～
15日	(火)	2009 まま～ず わくわくコンサート（再）
16日	(水)	平成21年度 学芸発表会 ～合唱コンクール～（再） 制作：東部中学校放送委員会
17日	(木)	平成21年度 東御市「結婚祝賀式」（再）
18日	(金)	Weekly! ウィークリーとうみ ～東御市内の話題～
19日	(土)	月刊とうみチャンネル11月号 ～前半～
20日	(日)	月刊とうみチャンネル11月号 ～後半～
21日	(月)	平成21年度 保育園運動会（再）～田中保育園～
22日	(火)	平成21年度 称津小学校 校内音楽会 制作：上田ケーブルビジョン
23日	(水)	東御市雷電太鼓結成40周年記念演奏会 ～前半～
24日	(木)	東御市雷電太鼓結成40周年記念演奏会 ～後半～

21：45～一週間まるごと！とうみチャンネル「Weekly! ウィークリーとうみ再放送」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

●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。

浄化槽を設置している皆様へ

平成22年4月

東御市浄化槽管理協会が発足します

東部地区、北御牧地区の両浄化槽設置者団体は
東御市浄化槽管理協会として一つになります。

今までの「東御市東部地区浄化槽管理協会」（東部地区）と「小北浄化槽維持管理協議会東御支部」（北御牧地区）は、平成22年4月に“東御市浄化槽管理協会”として新たにスタートします。

協会は、協会へ加入される浄化槽設置者の皆様へ次のような支援を行い、浄化槽の維持管理を適正に実施していくことによって公共用水域の水質汚濁を防止し、生活環境の保全に寄与することを目的としています。

【新たな協会では、浄化槽設置者への支援のため、次の事項について取り組みます。】

- 会員への適正な浄化槽管理の啓蒙普及
- 協会未加入者への加入促進
- 協会指定協力業者が実施する会員浄化槽の維持管理業務（保守点検、清掃）の監視
- 維持管理業務料金（保守点検料、清掃料）の決定と業務基準の整備
- 指定検査機関と連携した法定検査の実施とフォローアップ

「東御市浄化槽管理協会」は、行政、維持管理業者、法定検査機関が互いに協力して浄化槽設置者を支援していくことを柱にしています。

従来“浄化槽”は、設置者個人の管理責務にすべてが委ねられる傾向がありました。しかし、下水道事業が行政の管理下で運用されているのと同様、浄化槽を設置されている皆様にも行政は積極的に関与し、すべての浄化槽設置者が浄化槽法に定める管理義務を適切に履行することができるよう支援していく必要があります。

このような考え方に基づいて、「東御市浄化槽管理協会」は、行政、維持管理業者、指定法定検査機関がシステム的に関与し、相互に補完し合って浄化槽設置者を支える仕組みとしています。

浄化槽を設置されている皆様は、東御市浄化槽管理協会へご加入をお願いします。



●問い合わせ先 市民課 生活環境係 ☎64-5896 上下水道課 庶務係 ☎64-5884

償却資産の申告は 2月1日までにお願いします

償却資産の所有者は、毎年1月1日現在において所有している償却資産について、所定の事項をその年の1月31日までに償却資産所在地の市町村長に申告していただくことになっていきます。平成22年度の申告期限は、1月31日が日曜日にあたるため、平成22年2月1日(月)となります。なお、平成22年度の申告のための書類は平成21年12月中旬に送付の予定です。

※償却資産とは、減価償却額又は減価償却費が法人税法又は所得税法の規定による所得の計算上損金又は必要な経費に算入されるもので、工場、商店、農業、アパートなどの経営をされている方が、その事業のために用いることができる構築物、機械及び装置、車輛及び運搬具、工具、器具及び備品などをいいます。

《具体例》

構築物	擁壁、路面（駐車場）舗装、塀、庭園、果樹等の柵など
機械及び装置	加工機械、製造機械、木工機械、印刷設備、運搬設備など
車輛及び運搬具	大型特殊自動車、動力運搬具、耕運機など
工具、器具及び備品	測定工具、医療機器、理容椅子、机、パソコン、エアコンなど

※店舗、アパートなどの舗装した駐車場、外構工事なども課税の対象となります。

※耐用年数1年未満の資産、取得価格が10万円未満の資産、自動車税及び軽自動車税の対象となるものは課税の対象となりません。

家屋照合現地調査実施のお知らせ

家屋の現地調査を実施しています。

東御市では、家屋課税台帳に登録してある事項と現況を照らし合わせ、未調査による課税漏れ、または取り壊しなどがある家屋を調査しています。市役所税務課職員が伺いましたらご協力をお願いします。

※調査にあたる税務課職員は、腕章・名札・固定資産評価補助員証を着用しています。

■調査対象家屋

(1) 評価が済んでいない家屋（未評価家屋）

※未評価家屋については、後日、日程等をご連絡の上職員が改めて調査に伺います。

(2) すでに取り壊した家屋（滅失家屋）

■調査方法

調査対象家屋がある場合、現地にて家人に立会いをお願いし、家屋課税台帳の登録データと実際の家屋を照らし合わせ、調査を行います。

お留守の場合、税務課から調査表をお送りしますので、内容を確認いただき返送願います。

■お願い

家屋の取り壊し、または、新增築した場合は、速やかに下記までご連絡ください。

なお、建築確認申請書および工事届を提出されている場合は、連絡の必要はありません。

●問い合わせ先 税務課 資産税係 ☎62-1111（内線1171・1172）

北御牧地区

「テレビのデジタル化説明会」開催のお知らせ

平成23年7月までにアナログテレビ放送は終了し、地上デジタル放送に変わります。

- ・なぜ、デジタル放送にするの？
- ・デジタル放送になれば何が変わるの？
- ・デジタル化の対応はどうすればいいの？

北御牧地区にお住まいの方を対象に、デジタル化に関する疑問、質問に答える説明会を開催します。どなたでも参加いただけます。

日時（場所）

- ・12月11日（金）午後3時から（北御牧庁舎 講堂）
- ・12月11日（金）午後7時から（北御牧庁舎 講堂）
- ・12月12日（土）午前10時から（北御牧庁舎 講堂）

説明員

総務省長野県テレビ受信者支援センター
東御市企画課ケーブルテレビ係



●問い合わせ先 企画課 ケーブルテレビ係 ☎67-2981 有線7-2981

※東部地域にお住まいの方は、企画課情報統計係☎64-5806または
地デジコールセンター☎0570-07-0101へお問い合わせください。

新しいスタートラインに立つ

東御清翔高等学校学校説明会

今年度8月11日の長野県教育委員会定例会において、平成23年4月に、東御清翔高等学校を多部制単位制に転換することが決定いたしました。

そこで、これからめざす教育内容について下記のとおり説明会を開催したいと思います。
地域に支えられ、地域に信頼される学校作りを進めていくための説明会でもあります。
よろしくご参集ください。

東御清翔高等学校
学校長 徳 武 高 標

日 時	開 催 場 所
12月11日（金） 午後6時30分～8時	田中コミュニティーセンター 1階会議室
12月18日（金） 午後6時30分～8時	滋野コミュニティーセンター 2階多目的ホール
1月15日（金） 午後6時30分～8時	祢津公民館 2階講堂
1月22日（金） 午後6時30分～8時	和コミュニティーセンター 1階研修室
1月29日（金） 午後6時30分～8時	北御牧公民館 2階第1学習室

* 2月、3月も説明会を計画しています。日程については、2月のお知らせ版に掲載します。

●問い合わせ先 東御清翔高等学校 ☎62-0014 東御市教育委員会 ☎64-5879

水道の凍結防止帯の点検を！

12月に入り、寒さが厳しくなってきました。水道管や水道メーター、蛇口などが凍結し、水が出なくなったり、破裂する事故をふせぐために、早めに凍結防止の準備をしましょう。

事前の点検や凍結事故の修理は、東御市指定の水道工事事業者に依頼してください。

※凍結を防ぐには

◎凍結防止帯のプラグが電源コンセントに接続されているか確認してください。

◎不凍栓を使用している家庭では、おやすみ前や留守時は、忘れずに水抜きをしてください。

◎古い凍結防止帯は故障していることもありますので、もう一度点検し、凍結の防止に備えましょう。

●問い合わせ先 上下水道課 水道係 ☎64-5884

市道除雪作業に伴うお願い

市では、降雪の状況に応じて、通勤通学の支障にならないよう除雪を行っています。しかしながら、交通路の確保のため幹線道路から優先し除雪を実施しているため、以前に比べ時間がかかることがあります。降雪時間にもよりますが、通勤通学時間に除雪が間に合わない場合も予想できますので、市民の皆さんには予めご理解を頂きますようお願いいたします。



お願い

皆さんが除雪をされた後に除雪作業車が通過し、再び出入口が除雪された雪でふさがれてしまう場合があります。このようなときには、誠に申し訳ありませんが、再び車道や歩道に雪を出さず、支障のない場所へ寄せていただくようお願いいたします。

大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いします。

●問い合わせ先 建設課 管理係 ☎64-5882

湯の丸バス冬期時刻表（1日2往復）

佐久平駅	小 諸 駅	東御市役所前	祢津車庫	新 張	奈 良 原	湯 の 丸
8 : 00	8 : 15	8 : 30	8 : 39	8 : 45	8 : 55	9 : 16
—	14 : 00	14 : 15	14 : 24	14 : 30	14 : 40	15 : 01
湯 の 丸	奈 良 原	新 張	祢津車庫	東御市役所前	小 諸 駅	佐久平駅
9 : 30	9 : 51	10 : 01	10 : 07	10 : 16	10 : 31	—
15 : 31	15 : 52	16 : 02	16 : 08	16 : 17	16 : 32	16 : 47

●運行日程表

平成21年

12月23日・26日・27日・28日・29日

平成22年

1月4日・5日・6日・9日・10日・11日・16日・17日・23日・24日・30日・31日

2月6日・7日・11日・13日・14日・20日・21日・27日・28日

3月6日・7日・13日・14日・20日・21日・22日

佐久平～湯の丸 1,330円 小諸駅～湯の丸 1,280円 東御市役所～湯の丸 940円

上記時刻表以外の通過バス停でも乗下車できますので、詳しくは通過バス停の時刻表をご覧ください。

●問い合わせ先 千曲バス株式会社 小諸営業所 ☎0267-22-2100

年末年始の業務一覧

し尿汲み取りの 年末年始の休業

東部地区

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

北御牧地区

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

●問い合わせ先
市民課 生活環境係 ☎64-5896

公民館年末年始 休館のお知らせ

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

●問い合わせ先 中央公民館 ☎64-5885

オフトーク・有線放送の お知らせ放送について

- 12月29日(火)から1月3日(日)
まで定時放送をお休みします。
- ※年末(28日まで)と1月4日の放送原稿については、12月22日(火)までに提出いただくようお願いします。

●問い合わせ先
企画課 情報統計係 ☎64-5806

東部子育て支援センター “すくすくひろば”休館

- 12月29日(火)から1月3日(日)
まで休館となります。

●問い合わせ先
東部子育て支援センター ☎64-3128

東部地区(田中・滋野・祢津・和) 上田地域 広域連合 東部クリーンセンター

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

北御牧地区 川西保健衛生施設組合 川西清掃センター

- ◆休業期間
12月29日(火)～1月3日(日)

川西保健衛生施設組合 粗大ゴミ処分場

- ◆休業期間
12月29日(火)～1月3日(日)

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

自動交付機稼動について

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

●問い合わせ先
市民課 市民係 ☎62-1111 内線1211

市内定時、定路線バス とうみレッツ号 (東御市デマンド交通)

- 12月29日(火)から1月3日(日)
まで休業します

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

北御牧子育て支援センター “みまき未来館”休館

- 12月29日(火)から1月3日(日)
まで休館となります。

●問い合わせ先
北御牧子育て支援センター ☎67-3676

お医者さんに聞いてみよう！身体と病気

《今回のテーマ》

◎午後1時30分から

講話「婦人病について」

～女性の悩みを解消！！はつらつと生活するために～

講師 東御市民病院 産婦人科部長 木村 宗昭 医師

◎午後2時30分から

実演「太極拳でからだ、軽やかに…」

～ゆっくりとした動きで、指先まであったまろう！～

講師 身体教育医学研究所 横井 佳代 健康運動士



《開催日時及び開催場所》

日	時	場	所
12月3日(木)	午後1時30分から	田中コミュニティーセンター	
12月17日(木)	午後1時30分から	滋野コミュニティーセンター	
12月24日(木)	午後1時30分から	祢津公民館	
1月7日(木)	午後1時30分から	和コミュニティーセンター	
1月28日(木)	午後1時30分から	北御牧公民館	

●問い合わせ先 東御市地域包括支援センター ☎64-5000

[illegible]

市民のみなさん
がん検診は受けましたか？

今からでもお申し込みいただける検診は、下記のとおりです。

＜子宮頸部検診＞ 平成22年2月末まで

対象者：20歳以上（平成2年4月1日以前生まれ）の女性

内 容：医師による診察・細胞診

料 金：1,000円

申し込み先：東御市民病院 ☎62-1763

＜乳房(マンモグラフィ)検診＞平成22年1月末まで

(※無料クーポン券の対象者の受診期間は2月末まで)

対象者：40歳以上（昭和45年4月1日以前生まれ）の偶数年齢の女性（平成22年3月末まで）

内 容：医師による診察・マンモグラフィ（乳房を専用の機械ではさんでエックス線撮影します。）

料 金：2,000円

申し込み先：健康保健課 健康増進係 ☎64-8883

★平成21年4月1日時点での満年齢で、子宮検診については20・25・30・35・40歳、乳房検診については40・45・50・55・60歳の方に、無料クーポン券を発送してあります。

期間を過ぎると受診できなくなりますので、早めの受診をお願いいたします。

＜肺がんらせんＣＴ検診＞最終日平成21年12月17日(申込期限12月11日(金))

対象者：41歳以上（昭和44年4月1日以前生まれ）の奇数年齢の方（平成22年3月末まで）

内 容：胸部をらせん状にＣＴ撮影します。

料 金：2,000円

定員：25名（定員になり次第締め切ります。）

申し込み先：健康保健課 健康増進係 ☎64-8883

●問い合わせ先 健康保健課 健康増進係 ☎64-8883

年末の交通安全運動始まります

12月11日(金)から12月31日(木)
スローガン…「信濃路は ルールとマナーの 走るみち」

運動の重点

- ①飲酒運転の根絶
- ②高齢者の交通事故防止(基本重点)
- ③全ての座席のシートベルトと
チャイルドシートの正しい着用の徹底
- ④夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用
中の交通事故防止



年末は、飲酒の機会が多く、また、積雪や凍結等道路環境の悪化により、交通事故の多発が予想されます。いつも以上に慎重な運手を心がけましょう。

また、夜間は視野が狭くなります。こまめなライトの切り替えで歩行者等の早期発見に努めましょう。

東御市はシートベルト着用率が低い!

非着用時で事故に遭った際の致死率は、着用時と比較して**約10倍**にもなります。
自分や家族の命を守るためにもシートベルトは必ず着用しましょう!

県下平均97.7% 東御市89.8% (7月調査)

県下平均98.7% 東御市99.2% (9月調査)

☆人にやさしく安全運転 地球にやさしくエコドライブ☆
急加速、急ブレーキは事故のもと。速度ムラのある運転は、燃費を悪くします。
レッツ!アイドリングストップ!! 駐停車時はこまめにエンジンを切りましょう。
暖気運転 5分間=ガソリン約160cc、CO₂約368g。冬の朝、暖気運転も適切に。

●問い合わせ先 市民課 生活環境係 ☎64-5896 FAX63-6908

「メール配信@とうみ」(緊急情報等メール配信サービス) ～安心・安全のくらしをサポートします～

- 配信情報 ①市内火災情報 ②災害情報(市内風水害・県内震度4以上)
- ③不審者情報 ④その他の情報(行方不明者・有害鳥獣出没など)
- 携帯電話やパソコンのメールがあればどなたでも登録できます。
- 情報提供料金は無料です。
- 登録方法/「tomi_jh@eml.city.tomi.nagano.jp」
 へ空メールを送ってください。

詳しくは市公式ホームページをご覧ください。



QRコード



●問い合わせ先 企画課 情報統計係 ☎64-5806

…年末防犯対策…

年末は、特に空き巣や忍び込み、振り込め詐欺などの被害が多くなる傾向があります。

市内でもドロボーや振り込め詐欺の被害が発生していますので、次の点に注意し、防犯対策をしましょう。

《空き巣等被害防止》

- ・ 玄関口、勝手口のカギはしましたか？
- ・ 2階の窓などにもカギはしてありますか？
- ・ 凶器となるようなものを放置していませんか？
- ・ 踏み台になるようなものが窓の下にありませんか？



※防犯一口メモ

- ◆ 玄関ドアは二重ロックにし、ドアチェーンなどを付けましょう。
- ◆ 窓には外から手の届かない所に補助錠を付けましょう。
- ◆ 自衛の策として、センサーライト(警報機器)、防犯砂利、防犯カメラなどの防犯機材の活用も考えてみましょう。
- ◆ 日ごろから、お隣ご近所と、何かあった時に助けを求められるような対策を立てておきましょう。

《乗り物盗被害防止》

- ・ 車のドアは確実にロックしましたか？
- ・ 車の中に貴重品などを置いていませんか？
- ・ バイクや自転車はカギをした後、抜き忘れていませんか？
- ・ 自転車の防犯登録や車体に名前を書き忘れていませんか？



※防犯一口メモ

- ◆ 自宅敷地内でも、車やバイク、自転車の鍵は確実にかけましょう。

《振り込め詐欺被害防止》

- ・ 身に覚えのない電話やメールに対して安易に応えていませんか？
- ・ 金融機関などの暗証番号を聞かれましたか？
- ・ 通帳やキャッシュカードを他人に渡していませんか？



※防犯一口メモ

- ◆ 電話の受け応えなど、ご家族と合言葉を決めておきましょう。

☆見たらメモ ～メモ作戦実行！～

不審者(車)を見かけたら、より迅速な犯罪解決のため
その情報をメモしましょう。

自治体・企業・防犯ボランティアの皆さんと協力して、町ぐるみで一人ひとりが防犯に対する意識を高め、犯罪の起こりにくい環境づくりを心がけましょう。

☆被害にあったら、すぐに警察に連絡を！・・・110番・・・
東御市警部交番 ☎62-0104 上田警察署 ☎22-0110

基礎疾患を有する非課税世帯の方で 新型インフルエンザワクチン接種を受けた方へ 新型インフルエンザワクチン接種費用負担軽減について

◆接種費用軽減対象者について

東御市民で、住民基本台帳における世帯全員の市民税が、非課税の方に接種費用の全部を助成します。

◆一人あたりの助成額

接種費用は全国一律で、1回目3,600円、2回目2,550円。

（1回目と異なる医療機関で接種する場合は、3,600円。または、保健所等で接種した場合は実費額。）

◆対象になる方の助成手続きについて

（1）対象と思われる方は、事前に健康保健課保健係（総合福祉センター内）へ電話照会してから、補助金申請の手続きをしてください。

＜手続きに必要なもの＞

「新型インフルエンザワクチン接種領収書」・印鑑・振込口座番号の控え

（2）申請期限は平成22年3月31日（水）（厳守）でお願いします。

※助成対象となるのは新型インフルエンザワクチン接種のみで、季節性インフルエンザワクチンの接種は助成対象外です。

●問い合わせ先 健康保健課 保健係 ☎64-8885

上田市 市民の森スケート場 オープン!!

- 開設期間 12月19日（土）～2月14日（日）
- 休業日 12月31日（木）・1月1日（金）
- 営業時間 9：00～16：30（入場は16：00まで）
- 料金 大人 750円、中学生以下・付添人 300円
未就学児童 無料
- 貸靴料金 1人1回 300円

●問い合わせ先
スケート場管理事務所
☎27-9396
市生涯学習課 スポーツ係
☎62-2200

※12月19日（土）オープン日、1月9日（土）スケート場まつり、2月14日（日）最終日は入場無料です。

※PTA・育成会等で利用の場合、減免制度があります。



上田市・市民の森スケート場

入場割引券

東御市民 1人1回に限り200円割引
有効期間 平成21年12月19日（土）～
平成22年2月14日（日）

東御市

	大人
	中学生以下
	付添人

上田市・市民の森スケート場

入場割引券

東御市民 1人1回に限り200円割引
有効期間 平成21年12月19日（土）～
平成22年2月14日（日）

東御市

	大人
	中学生以下
	付添人