

文化会館インフォメーション
~INFORMATION~



●名探偵コナン「天空の難破船<ロスト・シップ>」
豪華2本立て ●カールじいさんの空飛ぶ家

8.8(日)

全席自由・30分前開場

1回目上映:9時30分/2回目上映:14時30分
大人:1,000円 小人:500円(中学生以下)

★ながこしカメラ、グリーンブックタカギ、文化会館にて前売券発売中

夏休み映画祭

出演者、スタッフ募集 (開催日11/21(日)10時から)

サンテラス ダンス・フェスタ♪

ダンスを通して交流したい方、どなたでも参加できます。
HipHopから社交、パントマイムなど、ダンスのジャンル不問。
市内外問わず、ダンス愛好家ならどなたでも歓迎!



FUMIYA FUJII

藤井フミヤ

チケット情報等、詳細は後日発表!

★10月1日より、文化会館は年末年始休業(12月28~1月4日)をのぞき、全日開館します。予約受付は休館日を除く9時~17時半までとなります。
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
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

スケッチ大会&アートチャレンジ



もう、みんなが知っている
とびきり楽しい一日

8.21(土) 9時集合

参加無料 要申込(下記 TEL、メール)

水上勉の文学と画家たち展

八重原工人社展 8.29(日)迄

お弁当持って出かけよう!

虫めがね
でよく
見てね!

梅野
記念
絵画館
www.umenokinen.com

■東御市八重原935-1 ■TEL0268-61-6161 ■umenokinen@ueda.ne.jp ■9時~17時 ■休館日:毎週月曜、祝日の翌日

明治の美術界に新風を起こした風景画の巨匠、運命の出会いから115年目の再会。

吉田博と丸山晚霞展



必見! 見逃すとあとはない?

吉田作品が見られる機会はその多くありません。思わずため息がでるほど、美しい作品。初公開を含む堂々80点!(文化会館展示室まで拡張)



9月5日(日)まで 情熱的開催中

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 ■丹休(祝日の場合、翌火曜) ■梅野記念絵画館と相互割引中 同館で800円になります

(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。)

いきいき生涯学習塾 ～学校版～ 学校公開講座 開催します

今年も、東御市内の小・中学校と、東御清翔高校の先生が講師となって、楽しく学べる学習の場を提供します。

中央公民館で行っている、「いきいき生涯学習塾」の学校版ともいうべき各講座に、ご近所・お友達をお誘い合わせの上、ご参加ください。(どの学校の講座にも参加できます)

★9月・10月開講の講座のご案内

学 校 名	東御清翔高校
講 座 名	「書」に親しむ
講座の内容	①自分で筆をとって思うように書いてみたいという願いは誰でも持っています。 自分の思いを筆にたくして世界に一つだけの作品を仕上げてみませんか。 (初心者も歓迎いたします。)
開 催 日	9月9日、16日、30日 10月7日、14日、21日 (毎週木曜日)
時 間	午後6時30分～8時30分
募 集 人 員	20名
会 場	書道教室
講 師	<small>わたなべ</small> 渡邊 <small>あきら</small> 明 先生

※9月下旬以降の学校公開講座は8月16日発行広報お知らせ版に掲載いたします。

※申し込みの締め切りは、それぞれの講座開催初日の1週間前までとしますが、定員になり次第締め切らせていただきますので、ご了承ください。また、応募者が少ない場合は開講できない場合があります。

※持ち物等の詳細については、後日受講者あてに通知します。

※教材費は、実費をいただきます。

※次回は北御牧小学校の講座をご案内いたします。

●申し込み・問い合わせ先 生涯学習課 生涯学習係 ☎64-5885 FAX64-5610

『よろず相談所』を開きます

8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 8月20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。

◆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

第7回 東御市水泳大会

参加者募集

- 日 時 8月28日(土) 受付:午後1時~1時20分
(競技開始:午後1時30分)
- 会 場 東御市民プール 50m競泳プール
- 参加資格
 - 小学5・6年生…50m自由形・平泳ぎ【男・女】
 - 中学生……………100m自由形・平泳ぎ【男・女】
 - 一般……………50m自由形・平泳ぎ【男・女】
 - 小学5・6年生…200mリレー【男・女】
 - 中学生・高校・一般…200mリレー

※一般はA(39歳以下) B(40歳以上)に分かれます。
※リレーは50m×4人で行ないます。

■参加料 無 料

- ★参加申し込み(平日の午前8時30分から午後5時まで)
8月23日(月)までにスポーツ係(第一体育館内) ☎62-2200へ申し込んでください。
なお、小・中学生は学校へ申し込んでください。

●問い合わせ先 生涯学習課 スポーツ係 ☎62-2200

「親と子のいきいき講座」参加者募集

母子家庭・父子家庭の皆さんが対象の講座です。
親子でニュースポーツ(ペタンク・スカットボール・シャフルボール等)で楽しく体を動かしましょう。

- 日 時/9月11日(土) 午前10時~正午
- 場 所/ケアポートみまき
- 内 容/ニュースポーツ
- 対 象 者/東御市内に住む 母子家庭・父子家庭の親子、母子寡婦会会員
- 募集人数/30名(定員になり次第締め切らせていただきます。)
- 参 加 費/無料
- そ の 他/動きやすい服装で、上履き(ある方)を持参して下さい。
- 申し込み期間/8月9日(月)~8月31日(火)(土・日を除く)

●申し込み・問い合わせ先 福祉課 福祉援護係 ☎64-8888

平成22年度障がい者希望の旅 いい旅ときめき隊 in 日本海参加者募集

社会福祉協議会では、障がいのために外出の機会が少ない方々とその介護されている方を対象に日帰り旅行を企画しました。車いすでも乗降の安心なリフト付きバスに乗って、初秋の日本海と野尻湖の遊覧船を楽しんでみませんか。また、旅行のお手伝いをしていただけるボランティアさんも同時に募集します。みなさんの参加をお待ちしています。

- ★旅行日 9月9日(木)
- ★旅行先 新潟県上越市他
- ★旅行内容
 - ◇お魚の宝箱「上越市立水族博物館」を見学!
 - ◇「野尻湖」で遊覧船に乗ってティータイム!
 - ◇お昼はもちろん海の幸を…
- ★対象及び募集人員 重度心身障がい(児)者及びその介護者 25名
協力ボランティア(初心者大歓迎) 4名程度
- ★参加費 2,000円(昼食代込)
- ★申し込み締め切り 8月27日(金) 定員になり次第締め切ります。



●申し込み・問い合わせ先 東御市社会福祉協議会 ☎62-4455

市の臨時職員を募集します

●一般事務臨時職員（緊急雇用創出事業）

- 募集内容 募集人員 2名
勤務場所 総務課
業務内容 データ入力確認作業
勤務期間 平成22年9月中旬～平成23年2月中旬（6ヶ月、再雇用なし）
勤務時間 午前9時～午後4時（6時間）
応募資格 事務経験があり、パソコン操作ができる方で、通勤可能な方
- 応募方法 応募書類 ①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。）
②ハローワーク上田（上田公共職業安定所）の紹介状
募集期限 8月13日（金）まで（当日消印有効）
応募先 総務課総務係
採用試験 応募締め切り後に面接等を行い、採用を決定します。

●応募・問い合わせ先 総務課 総務係 ☎64-5876

キホンの運動教室参加者募集

からだを動かす「きっかけづくり」のための運動教室を開催します。健康のためにどんな運動をすればいいの？ 歩き方の基本を知りたい！ 膝や腰痛の予防体操を知りたい！という方にお勧めです。みなさんの参加をお待ちしております。

- 対象者 19歳からおおむね65歳までの市民 20名程度
- 会場 東御市保健センター（総合福祉センター2階） 他
- 時間 午前9時30分～11時30分
- 参加費 1回 300円
- スタッフ 横井佳代 健康運動指導士（身体教育医学研究所）



日程	内容
9月7日（火）	ウォーキング はじめの一步！ 歩き方の基本や歩く前後のストレッチング
14日（火）	ストレッチングで体を目覚まし！ 自宅筋トレで病気を予防！

●申し込み方法…両教室とも 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 FAX64-8880

『宮崎県口蹄疫被害義援金』へ ご協力ありがとうございました

宮崎県における口蹄疫防疫活動により影響を受けた畜産農家の皆さんに対する支援に役立ててもらおうよう、6月1日から6月30日まで、市役所本庁舎玄関ロビーにおいて宮崎県口蹄疫被害義援金の受付をしました。市役所にお越しになられた皆さまから、合計で14,807円のご協力をいただきました。7月2日に社会福祉法人宮崎県共同募金会へ送金したことをご報告します。ご協力ありがとうございました。

●問い合わせ先 農林課 農政係 ☎64-5894

市立保育園で保育士(臨時職員)を募集します

- 募集人員 常勤保育士 若干名
- 勤務時間 午前8時30分～午後5時15分
- 応募資格 保育士の資格を有し、保育士の登録をされている方で通勤可能な方
- 勤務開始 平成22年10月1日以降で市の指定する日から
- 応募書類 ①非常勤職員等登録申請書
②東御市職員採用試験申込書又は履歴書
③保育士登録証の写し
①と②の申請書、申込書は、市のホームページからダウンロードできます。
- 応募期間 8月3日(火)～13日(金)
- 応募先 子育て支援課保育係
- 採用試験 9月2日(木)に面接を行い、採用を決定します。
*賃金等の諸条件につきましては、保育係へお問い合わせください。

●応募・問い合わせ先 子育て支援課 保育係 ☎64-5903

《もうすぐママパパ学級》

妊娠おめでとうございます。妊娠を告げられた時のお気持ちはいかがだったでしょう。喜びや嬉しさだけでなく、未知の経験に対する心配や不安もあることでしょう。

そこで東御市では妊婦さんやご家族の方を対象に「もうすぐママパパ学級」を開催します。お母さんお父さん同志で学習しましょう。そして、快適に楽しく妊娠期を過ごし、安心して出産を迎えましょう。詳しくは、学級開催日近くの広報をご覧ください。

なお、保育を希望される方は開催日の前日までにお申し込み下さい。

- 受付 午前9時から（3回目のみ午後1時から）
- 場所 東御市総合福祉センター 2階 保健センター
- スタッフ 小児科医師・保健師・助産師・栄養士・歯科衛生士・保育士
- 持ち物 母子手帳 筆記用具 第2回目は、歯ブラシ・手鏡・コップをご持参ください
- 服装 運動しやすい服装でお越しください。

	開催日	受講目安	主な内容
開講式 第1回 9:15～ 11:45	8月20日(金)	妊娠23週まで	＜妊娠中の生活を快適に過ごすために＞ *「ミラクル・オブ・ラブ」(上映) *妊娠中の生活の注意、異常と対策 *妊娠期からの生活習慣病予防 *妊産婦の食事と栄養・家族の健康管理 *試食・交流会
第2回 9:15～ 12:00	8月28日(土)	妊娠24週～ 35週	＜いいお産・安全なお産をするために＞ *呼吸法および補助動作 *夫の役割 *分娩の進行状況、分娩のイメージ *入院の時期 *丈夫な歯をつくろう ※歯ブラシと手鏡をご持参ください。
第3回 13:30～ 16:00	9月4日(土)	妊娠24週以降	＜新生児を迎える準備＞ *新生児の様子 *アレルギーについて *病気とその対応について *沐浴の方法(実習) *新生児の世話、衣類、保育環境 *両親と新生児の絆づくり
閉講式 第4回 9:15～ 11:45	9月10日(金)	妊娠24週以降	＜産後生理と過ごし方＞ *授乳方法と乳房・乳頭ケア *家族計画 *産後の心身の変化について *先輩ママとの交流 *利用できる制度の案内

- *参加申し込みは必要ありません。
- *保育を希望される方は前日までに申し込みが必要です。
- *受講目安の数週以外の方でも、参加できます。
- *ご家族の方には妊婦体験ジャケットの試着ができます。

●問い合わせ先 健康保健課 保健係(総合福祉センター内) ☎64-8882

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

アサマスタークロスウォーク参加者募集

- 日時／8月21日(土) 午後5時受付 ※雨天決行
～8月22日(日) 午前5時ゴール閉鎖
- 種目／・ウォーキング31km
・ウォーキング17km
- 参加費／・一般(大学・高校生以上) 3,500円
・学生(中学・小学4年生以上) 2,000円
- 参加申し込み／所定の申込用紙により申し込むか、大会ホームページから申し込んでください。
大会ホームページ
<http://asama-scw.joho-hiroba.org/>
- 申し込み期限／8月9日(月)
- 問い合わせ先／アサマスタークロスウォーク実行委員会
☎0267-23-3124

骨ケアフェスタ2010 in 東御市

～あなたの骨は大丈夫? 「骨ケア」しましょう!～

- 日時／8月22日(日) 午前9時～正午
- 場所／東御市総合福祉センター 3階
- 日程／午前9時～骨強度測定、相談、体験、展示など
11時～講演「もしも、骨粗鬆症と言われたら…」
講師 みまき温泉診療所 奥泉宏康医師
- 参加費／無料(先着100名ほど)
骨強度測定に限度がありますので、申し込みをお願いします
申し込み用紙は、総合福祉センターとみまき温泉診療所に置いてあります
- 共催／・東御市医人会
・一般財団法人 身体教育医学研究所
・財団法人 骨粗鬆症財団
・エーザイ株式会社・オムロンコーリン株式会社
- 後援／・転倒予防医学研究会
・社団法人 日本整形外科学会
・「運動器の10年」日本委員会
- 申し込み・問い合わせ先／「骨ケアフェスタin 東御市」事務局 ☎03-5940-2610

県営住宅統一募集をします

- 募集期間／8月25日(水)～9月3日(金)
(募集期間内の土曜、日曜日でも受付します)
午前9時～午後5時
- 受付場所／長野県住宅供給公社 上田管理センター
上田市材木町1-2-6 長野県上田合同庁舎南棟内
- その他／募集の詳細については8月中旬に長野県住宅供給公社へ直接または長野県のホームページでご確認ください。
- 問い合わせ先／長野県住宅供給公社 上田管理センター
☎29-7010 FAX29-7013

女性のための

暮らしの中の悩みごと相談所開設

上田人権擁護委員協議会では、長野地方法務局上田支局との共催により、「女性のための、暮らしの中の悩みごと相談所」を以下のとおり開設いたします。

当日は女性の人権擁護委員が相談を受けます。相談は無料で、秘密は厳守されます。

- 日時／8月26日(木) 午後1時～4時
- 場所／上田情報ライブラリー セミナールーム
(上田市天神1-8-1 JR上田駅前ビル「パレオ」内)
- 問い合わせ先／上田人権擁護委員協議会
(長野地方法務局上田支局内) ☎23-2001

大募集! チンドン屋さん

いまだダンスや押し入れに眠ったままの楽器を、そろそろ持ち出しませんか?

肩肘はらずに、笑顔で、楽しみながら、人に笑いを提供しませんか?

○音楽的に特色を持ったチンドン屋を目指します。

○地域の特色を出す工夫をします。

後は、何も決まっていません。一緒に創りましょう。

特に、女性・団塊世代の皆さんの参加をお待ちしています! まだまだ青春ですよ!

- 問い合わせ先／☎63-7833 (小原)

家族のきずな「あいことば」キャンペーン

長野県警察では、7・8月の夏の帰省シーズンにあわせて、このキャンペーンを行います。

振り込め詐欺の被害では、日頃から家族で連絡を取り合って、家族のきずなを保っていれば被害を防げたケースが多く見受けられます。

7・8月は夏休みシーズンで、帰省や盆行事等家族の出会いや人の交流が盛んな時期です。この時期に振り込め詐欺を家族間で話題にして、「あいことば」を設定し犯人グループから電話がかかってきた場合の対応を考えておきましょう。

実際に「あいことば」を使って振り込め詐欺を撃退した事例です。

◇お母さん(お父さん)の名前を言って。

◇ペットの名前を言って。

◇住所を言って。

◇名前を聞かれたら「〇〇(孫の名前)のパパだよ」と言う。

振り込め詐欺は、決して人ごとではありません。日頃からの対策が大切です。「あいことば」を決める他にも

○お金が必要なら、必ず本人に手渡す。

○振り込む場合でも、他人の口座ではなく、子ども本人の口座に振り込む。

など決めておきましょう。

- 問い合わせ先／長野県警察

振り込め詐欺ホットライン ☎026-235-2530

自衛隊からお知らせ

- 自衛隊一般曹候補生の募集

◇資格：平成23年4月1日現在、18歳以上27歳未満の男女

◇受付：8月1日(日)から9月10日(金)まで

◇採用試験：「第1次試験」9月18日(土)

「第2次試験」第1次試験合格者のみ行います。

◇待遇等：入隊後2年9月以降選考により3曹へ昇任

- 自衛隊航空学生募集

◇資格：高卒(見込含む)21歳未満の男女

◇受付：8月1日(日)から9月10日(金)まで

◇採用試験：「第1次試験」9月23日(木)

「第2次試験」第1次試験合格者のみ行います。

◇待遇等：入隊後約6年で幹部パイロット

- 自衛官候補生の募集

◇採用予定月の1日現在、18歳以上27歳未満の男女

◇受付：「男子」8月1日(日)から9月9日(木)まで

「女子」8月1日(日)から9月10日(金)まで

◇採用試験：「男子」受付時にお知らせします。

「女子」9月26日(日)

◇待遇等：所要の教育を得て、3ヶ月後に2士として任用

●問い合わせ先／自衛隊長野県地方協力本部

上田地域事務所 ☎22-5267

改正育児・介護休業法が施行されました！ —平成22年6月30日施行—

○育児・介護休業法の主な改正内容

1. 短時間勤務制度の措置の義務化及び所定外労働の免除の制度化

3歳までの子を養育する労働者について、短時間勤務制度(原則1日6時間)を設けることが事業主の義務となるとともに、労働者の請求により所定外労働(残業)を免除する制度の創設。

2. 子の看護休暇制度の取得日数の拡充

小学校就学前の子が1人であれば年5日(現行)、2人以上であれば年10日の子の看護休暇を取得可能とする。

3. パパ・ママ育休プラス

父母がともに育児休暇を取得する場合、1歳2か月(現行1歳)までの間に、1年間育児休業を取得可能とする。

4. 父親が出産後8週間以内に育児休業を取得した場合には、特別な事情がなくても再度の育児休業の取得が可能とする。

5. 労使協定を定めることにより、配偶者が専業主婦(夫)であれば、育児休業の申し出を拒めることとなっていた制度の廃止。

6. 介護休暇の新設

労働者が申し出ることにより、要介護状態にある対象家族が1人であれば年に5日、2人以上であれば年10日まで、介護休暇を取得可能とする。

※1及び6は100人以下の企業については施行は平成24年7月1日となります。

※長野労働局ホームページから育児・介護休業規則の就業規則への規定例がダウンロードできますのでご活用ください。

URL:<http://www.nagano-roudoukyoku.go.jp>

●相談・問い合わせ先／

長野労働局雇用均等室 ☎026-227-0125

～子どもを犯罪から守るために～ できることから始めましょう

子どもに対する「声かけ事案」や「子どもを対象とした犯罪」は後を絶ちません。

子どもに無関心でいることは、犯罪を誘発してしまう恐れがあります。地域ぐるみで子どもを見守る活動に取り組む必要があります。

●まずはできることから

- ・1人で遊んでいる子どもや、遅くまで遊んでいる子どもを見かけたら、友達と一緒に遊んだり早く家に帰るように声掛けをしましょう。
- ・子ども達の登下校の時間帯に合わせて、子どもを見守る活動をしましょう。
- ・通学路・公園などには防犯灯を設置したり、見通しを確保するなど、安全な環境づくりにご協力ください。
- ・学校のクラブ活動などで帰宅が遅くなる時は、家族が迎えに行きましょう。

●正しい情報を入手して防犯活動に利用しましょう

警察では「子ども対象犯罪」や「声かけ事案」の発生・防犯対策等の情報を、

県警ホームページ

(<http://www.pref.nagano.jp/>

[police/index.htm](http://www.pref.nagano.jp/police/index.htm))や

ライポくん安心メールで提供しています。



「モバイル長野県警」

交通事故に遭われた方の 保険金請求に関する無料相談所

(社)日本損害保険協会長野自動車保険請求相談センターでは、交通事故に遭われた方のご相談に専門の相談員がご相談に応じます。

弁護士による相談日も設けています。(無料・要予約)

●受付日時／月曜日～金曜日(祝日を除く)午前9時～正午および午後1時～5時(来訪訪問を希望の場合は、事前連絡をお願いします。)

●相談電話番号／☎026-226-3582

終戦当時、引揚者の方々からお預かりした 通貨・証券等を返還しています

名古屋税関では、終戦後に外地から引き揚げたこられた方々が税関などに預けられた通貨や証券等をお返ししておりますが、今なお、引き取り手がなく保管されたままになっているものが多数あります。

返還請求・お問い合わせは、ご本人はもとよりご家族の方でも構いません。

お心当たりの方は、お気軽にお問い合わせください。

保管している通貨・証券

◇上陸地の税関、又は海運局に預けられた通貨・証券等

◇帰国前に在外公館や日本人自治会等に預けられた通貨・証券等のうち、その後日本に返還されたもの。

通貨：旧日本銀行券、旧日本軍軍票 等

証券等：支那事変割引国庫債券、大東亜戦争割引国庫債券 等

●問い合わせ先／財務省名古屋税関

監視部監視許可通関部門 ☎052-654-4060

「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 秘書広報係 ☎64-5806

デジタル放送(地デジ)受信説明会及び 相談会を開催いたします

地上デジタル放送に関する疑問や質問に答える説明会及び相談会を開催します。費用はすべて無料で、どなたでもご参加いただけます。

平成23年7月までにアナログテレビ放送は終了し、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?】【どうしたらデジタル放送を見ることができるの?】など、デジタル放送全般にわたって説明をいたします。

また、デジタル放送を楽しむための受信相談会を、説明会と並行して開催しています。会場ではそれぞれの個別のご相談にも応じています。疑問に思っていることなど、この機会にぜひご相談下さい。まだデジタル放送をご覧になっていない皆さんの、ご参加をお待ちいたしております。

◆アンテナでアナログ放送を視聴している方

(1) 地上デジタル放送受信説明会

日時(場所) 9月30日(木) 午前11時 (東御市勤労者会館2階大会議室)

10月1日(金) 午前11時 (東御市勤労者会館2階大会議室)

説明員 総務省長野県テレビ受信者支援センター (デジサポ長野)

(2) 地上デジタル放送受信相談会

日時(場所) 9月27日(月)から10月1日(金)までの5日間

全日 午前10時から午後5時 (東御市役所本庁舎1階市民ホール)

説明員 総務省長野県テレビ受信者支援センター (デジサポ長野)

それぞれ受信状況に合わせたご相談に応じます。

◆上田ケーブルビジョンに加入し、アナログ放送を視聴している方

(1) デジタル放送受信説明会及び相談会

日時(場所) 10月5日(火) 午前10時から11時30分 (東御市勤労者会館2階大会議室)

同日 午後7時から8時30分 (東御市勤労者会館2階大会議室)

10月7日(木) 午後7時から8時30分 (東御市勤労者会館2階大会議室)

説明員 上田ケーブルビジョン

説明を20分ほど行った後に、個別の受信相談に応じます。

◆とうみケーブルテレビに加入し、アナログ放送を視聴している方

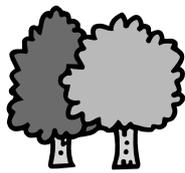
12月中に説明会等を開催する予定です。

詳しいお問い合わせ先は

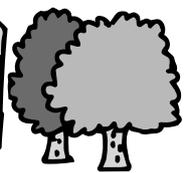
企画課 ケーブルテレビ係 ☎67-2981 有線 7-2981



●問い合わせ先 総務課 行政管理係 ☎64-5901



絵本の森へようこそ



BOOK童夢みまきからお知らせ

8月のおはなし会などを次の日程で開催いたします。開催場所はいずれもBOOK童夢みまきです。大勢の皆様のご参加をお待ちしています。

☆おはなし広場

- ・とき 8月25日(水) 午前10時45分から
- ・対象 就園前の乳幼児と保護者
- ・内容 市内ボランティアの皆さんによる絵本の読み聞かせなど

☆おはなし会

- ・とき 8月31日(火) 午後3時20分から
- ・対象 小学生
- ・内容 “ゆかいなおはなし”をテーマにした読み聞かせなど

～大人のための絵本～

『岸辺のふたり』

10年ほど前に、オランダ、アメリカ、イギリス、オタワ国際映画祭などでグランプリや、アカデミー賞を受賞した同名のアニメーションショートフィルムを絵本化した作品です。

時間の流れや空間的な広がりを感じさせながら、一人の長い人生を深く静かに、ほんの数ページに凝縮して淡々と描いています。

(マイケル・デュドク・ドゥ・ヴィット/作

うちだややこ/訳 くもん出版)



●問い合わせ先 BOOK童夢みまき ☎・FAX67-3711

とうみチャンネル 8月5日～20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。

8月5日	(木)	瞳輝いて保育の翼～7月生まれのお誕生会～	13日	(金)	Weekly!ウィークリーとうみ ～東御市内の話題～
6日	(金)	Weekly!ウィークリーとうみ ～東御市内の話題～	14日	(土)	夏の富士北麓 魅力再発見! 制作:CATV富士五湖
7日	(土)	月刊とうみチャンネル7月号～前半～	15日	(日)	県議会広報番組「こんにちは県議会です」 ～6月定例会～
8日	(日)	月刊とうみチャンネル7月号～後半～	16日	(月)	保育園!春の遠足(再) ～北御牧保育園・東保育園～
9日	(月)	みまきフレンドシップコンサート～前半～(再)	17日	(火)	第7回 東御市子どもフェスティバル(再)
10日	(火)	みまきフレンドシップコンサート～後半～(再)	18日	(水)	スポーツレクリエーション祭2010 百体観音ふれあいウォーク in 東御市(再)
11日	(水)	平成22年度 祢津東町歌舞伎公演～前半～(再)	19日	(木)	第49回長野県中学校総合体育大会夏季大会(再) 上小地区予選会I～市内中学校の活躍～
12日	(木)	平成22年度 祢津東町歌舞伎公演～後半～(再)	20日	(金)	第49回長野県中学校総合体育大会夏季大会(再) 上小地区予選会II～市内中学校の活躍～

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)」をお送り致します。

	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。

農家の皆さんへ

爆音機の使用ルールを守りましょう！

- ①夜間（おおむね夜7時～翌朝5時まで）の使用は禁止！
 - ②設置場所は、人家、事業所、店舗等から200m以上離してください。
 - ③音量、音の間隔は必要最小限に。煙突の向きにも気をつけて！
- ※爆音機に代わる、例えば防鳥網や電気柵などを使用しましょう。

【市民の皆様へお願い】

爆音機は、農作物の鳥獣被害を防止するためにやむを得ず使用するものです。ご理解をお願いするとともに、むやみに爆音機に近づかないようご注意ください。

●問い合わせ先 農林課 農政係 ☎64-5894

児童扶養手当を受給されている方にお知らせ

8月は児童扶養手当の現況届提出月です。

期限内に総合福祉センター福祉課福祉推進係へ提出をお願いします。

児童扶養手当とは？

父母の離婚などで、父又は母と生計を同じくしていない子どもが育成される家庭（ひとり親家庭）の生活の安定と自立を助け、子どもの福祉の増進を図ることを目的として、支給される手当です。

- *父子家庭の方は児童扶養手当法の一部改正により平成22年8月1日から適用されます。支給要件、申請手続き等詳しいことにつきましては、下記福祉課へお問い合わせください。なお、現在対象の方は平成22年11月30日までに手続きをお願いします。（11月30日を過ぎると、申請の翌月からの支給になります。）
- *所得による支給制限があります。
- *受給者は保育料の減免が受けられる場合があります。
（保育料減免の問い合わせ先 子育て支援課 保育係 ☎64-5903

8月は児童扶養手当の支払月です。

振込予定日：8月11日(水)

支払内容：4月～7月分（4か月分）

受給されている方は口座の入金をご確認ください。

- *口座、支給月額が児童扶養手当証書に記載されています。

●問い合わせ先 福祉課 福祉推進係（総合福祉センター内）
☎64-8888(代表) FAX64-8880

し尿くみとり休業(清浄園)のお知らせ

◆お盆の汲み取り休業期間（東部地区）

8月13日(金)から16日(月)

●問い合わせ先 市民課 生活環境係 ☎62-1111(代表)
上田地域広域連合清浄園 ☎22-2339 FAX23-4100

メゾソプラノ 小山洋代先生 「ふれあいコンサート」へのお誘い

- ♪日時 8月21日(土) 受付：午後1時30分 開演：午後2時
♪場所 滋野コミュニティーセンター（多目的ホール）
♪会費 500円
♪曲目 シューベルト・アヴェマリア、中国地方の子守歌、この道他
伴奏 島田みのりさん
*最後に全員で「夏の思い出」を歌います。
♪主催 生涯学習まちづくり滋野地区推進協議会・滋野公民館「ふれあい学習講座」
♪共催 滋野地区唱歌童謡教室

●問い合わせ先 滋野コミュニティーセンター ☎62-0401
(ただし、火・木の午後、土日・祝日を除く)

テフテフ・マンドリン・アンサンブル 第5回 サマーコンサート

和公民館生きがい講座「マンドリン教室」講師田中宏明先生所属のマンドリン演奏グループ「テフテフ・マンドリン・アンサンブル」による第5回サマーコンサートが開催されます。一般市民の皆様もぜひ鑑賞いただきたいと思います。

冷房の効いた会場で、マンドリンの生の調べを鑑賞してみませんか。
多数の皆さんのご来場をお待ちしています。

- ♪日時 8月22日(日) 開場：午後1時 開演：1時30分
♪場所 和コミュニティーセンター 2階多目的ホール
♪出演 「テフテフ・マンドリン・アンサンブル」
♪曲目 ●セレナータ風ガヴォット ●カタリ・カタリ
●月のヴェニス ●ユーモレスク(バイオリン独奏) ●百万本のバラ
●遠くへ行きたい ●パリの空の下セーヌは流れる ●津軽海峡冬景色
●トップ・オブ・ザ・ワールド 他
♪入場 小学生から大人までどなたでも鑑賞できます。 **入場無料**
♪主催 和公民館・和公民館生きがい講座マンドリン教室



●問い合わせ先 和コミュニティーセンター ☎62-0201
(ただし、火・木の午後、土日・祝日を除く)

東御市文化協会

第15回 カラオケ部会発表会

今年も約120名の会員が日頃鍛えた歌声を発表します。大勢の皆さんのご来場をお待ちしております。

- ◆日時 8月29日 午前9時～午後6時
◆場所 東御市文化会館(サンテラスホール)
◆問い合わせ先 ☎62-0241(小林)

北御牧地区

夏まつりみまきドカンコ

盛りだくさんの催し物で皆さんのお越しをお待ちしています。

と き 8月14日(土)

(雨天時、花火大会のみ 8月15日に順延)

ところ 北御牧グラウンド

催し物

- 16:00～ 商工会売店、子供むけ・露店商
- 16:00～17:00 子ども会お楽しみ工作教室
- 17:30 開会行事
- 17:40 園児みこし・小学生みこし
- 18:30 昭平バンド
- 18:50 信州御牧太鼓演奏
- 19:20 みんなで輪になって踊ろう

「ドカンコ音頭・～ハートつないで～TOMI, to me!!」



大花火大会

午後7時40分から

★ご協力ください★ 各自で食べたごみ・持ってきたごみは、家まで持ち帰り処分しましょう。ご協力をお願い致します。

●問い合わせ先 北御牧地区夏祭り実行委員会(事務局：総合支所 地域振興係) ☎67-3311

「ふれあい市長室」開催のお知らせ

開かれた市政の推進を目的に、花岡市長が市民の皆さんと直接お会いし、市政に関するご意見等をお聴きする「ふれあい市長室」を開催します。

- 日 時：8月19日(木) 午前9時30分～正午
- 場 所：市役所本庁舎2階市長室
- 対 象 者：市内にお住まいの方(個人またはグループ)
- テ ー マ：市政に関すること全般
- 時 間：1組15分程度
- 予約受付：事前予約／

8月18日(水)までに企画課企画政策係(☎64-5893)へご連絡ください。

当日受付／午前9時20分から11時まで。(ただし、事前予約の組が優先です。)

- そ の 他 会場の都合上、グループの方は5名以下とさせていただきます。

●問い合わせ先 企画課 企画政策係 ☎64-5893

認知症講座

◆日時：8月28日(土)

午後1時30分～3時(開場：午後1時)

◆場所：中央公民館 3階 講堂 **聴講無料**

◆講師：高槻^{たかつき} 絹子^{きぬこ}氏 (臨床心理士・エイジングライフ研究所副所長)

■プロフィール

1970年お茶の水女子大学文教育学部卒業 臨床心理士。
浜松医療センター脳外科で、病気やけがで脳に損傷を受けた人
たち約3000人の脳機能を調べる業務をし、さらに脳機能から認知
症を理解し、早期発見する方法の開発にも関わる。

現在は、エイジングライフ研究所副所長として、認知症の予防
及び早期発見と治療のための「二段階方式」と呼ばれるシステム
を全国に展開して、自治体による認知症の予防活動や回復訓練、
自主的に地域主体で行われる認知症予防活動などの指導や助言、
講演に活躍している。認知症予防のキーワードである「脳の健康」
を伝える必要性を感じている。

著書に「ボケは防げる治せる」「ボケません私の老後」「ボケな
い村の花便り」「生き生き百歳ボケる脳ボケない脳」などがある。



◆演題：「認知症(ボケ)の正体」～脳機能からみたボケ予防～

「ボケるくらいなら死んだ方がいい」とまで恐れられている認知症。認知症を症状から考
えるのではなく、症状の原因である脳機能を通して理解していきましょう。

認知症は、小ボケ→中ボケ→大ボケとだんだん重度化していきます。世間でボケたとい
われる状態は大ボケで、回復は不可能です。中ボケまでが治療のゴールデンタイム。それ
ぞれの段階での症状の解説と回復法についてお話しします。

最後に、ボケを予防する脳の使い方「ボケないための生活習慣」を具体的に説明します。
この講演を聞いて、脳を年齢以上に老化させないように、毎日の暮らしを見直して自分ら
しく生き生きと充実した生活を組み立ててください。

●主 催／東御市・東御市教育委員会・東御市公民館

★次回の生涯学習市民大学講座のご案内

第3回：11月20日(土)「スポーツ講演会」講師／パラリンピック銀メダリスト 上原 大祐選手
第4回：2月5日(土)「歴史講座」講師／元上田市立博物館館長 寺島 隆史さん

●問い合わせ先 生涯学習課 生涯学習係 ☎64-5885 FAX64-5610

『定時路線バス』と『とうみレッツ号』の お盆中の運休のお知らせ

◆運休期間 8月13日(金)～16日(月)

※運休期間は、『とうみレッツ号』の予約業務もお休みです。

※17日(火)の予約は、11日(水)・12日(木)に受け付けます。

※とうみレッツ号利用には「利用者登録(電話可)」が必要です。

〔とうみレッツ号受付センター ☎64-6636〕



●問い合わせ先 東御市商工会 ☎62-2205



私たちの暮らしの願いを県政に反映させるための大切な選挙です。投票日には棄権することなく、あなたの大切な一票を投票しましょう！

《東御市で投票できる方》

平成2年8月9日以前に生まれた方で、平成22年4月21日以前から引き続き東御市に住んでいる方（選挙人名簿に登録されている方）です。

なお、投票日当日は指定された投票所以外では投票できません。投票所入場券に記載された投票所をご確認ください。

《8月8日に投票に行かれない方は期日前投票・不在者投票をしましょう》

投票日に仕事がある方、レジャーで他の市町村にお出掛けの方等は、期日前投票ができます。また、病院など施設に入院されている方は、病院や施設で不在者投票ができる場合があります。病院・施設等にご確認ください。

【期日前投票所と期間及び時間】

- ・舞台が丘会館2階大会議室……7月23日(金)～8月7日(土)
午前8時30分から午後8時まで
- ・北御牧庁舎 ・滋野コミュニティーセンター } 8月1日(日)～8月7日(土)
- ・祢津公民館 ・和コミュニティーセンター } 午前10時から午後5時まで

《県内転出入者》

最近住所を異動された方は転出・転入の時期により、投票できる場所が異なります。

長野県内の市町村に転入届を提出された方

	転入の届出	投票場所・選挙権の有無		
		新住所地	旧住所地	投票できない
他の都道府県からの転入	H22.4.21以前	○		
	H22.4.22以降			○
長野県内の市町村からの転入	H22.4.21以前	○		
	H22.4.22以降		○(※1)	

※1 旧住所地で投票する際（期日前投票においても）には、最寄りの市町村が発行する「引き続き長野県内に住所を有する旨の証明書」が必要です。投票に行かれる日までに最寄りの市役所・町村役場で証明書の交付を受けて投票所へ持参ください。

●問い合わせ先 東御市選挙管理委員会 ☎62-1111(代表)