

文化会館インフォメーション
~INFORMATION~



ショパン生誕200年記念

大森晶子ショパンコンサート

11月28日(日) 開場13:30 前売券3,000円
開演14:00 当日券3,500円

好評発売中

★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



蔡國華



楊紹良

視点 — 10月24日(日)迄

在日中国人作家4人展

主催：日中文化交流協会

 王子江 (水墨画)

 呉一麒 (水墨画)

 蔡國華 (絵画)

 楊紹良 (絵画)

第一級の技術と深い自己追求の哲学によって創作された20メートルを超える超大作、目を疑うほどの細密描写など、彼らのルーツが脈々と息づく圧倒的な作品群。大陸の風に吹かれてみませんか?

同時開催 第10回私の愛する一点展



王子江



呉一麒



Q: スガチンを知っているか? 知らない=それは一大事、即予約じゃ! 知っている=Jazzの達人、即予約

菅野邦彦トリオ・ライブ・SP

10月30日(時間未定) ¥3,000 要予約 0268-61-6161

※ライブを目的とするツアーが組まれますので、残席は限られています。お早めに

■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

梅野
記念
絵画館
www.umenokinen.com

常設展示 初公開の収蔵品を含みます

水彩風景画の魅力 2010年 10月31日(日)迄



Banka Museum Tomi City
丸山
晚霞
記念館
www.city.tomi.nagano.jp

■東御市青田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中 両館で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

今年も、東御市内の小・中学校と、東御清翔高校の先生方が講師となって、楽しく学べる学習の場を提供します。どの学校の講座にも参加できます。中央公民館で行っている、「いきいき生涯学習塾」の学校版ともいべき各講座に、ご近所・お友達をお誘い合わせてご参加ください。

★10月開講の講座のご案内★

| 学 校 名 | 田 中 小 学 校 | 和 小 学 校 | 東 部 中 学 校 |
|---------|--|--|---|
| 講 座 名 | 俳句・俳画 | パソコン ～ウィンドウズの基礎～ | 簡単おつけもの |
| 講座の内容 | 短冊につくった俳句を書き、その句に合わせた俳画（鉛筆単彩）を添えて味わいのある作品を仕上げます。 | ①パソコンのしくみと ウィンドウズの基礎 ②インターネット体験 ③文書作成 | 旬の大根を使ってタルや漬け物がなくても誰にでもできる即席漬を数種類作りましょう。 ※作ったものは持ち帰っていただきます。 |
| 開 催 日 | 10月13日(水) 10月20日(水) 10月27日(水) | 10月13日(水) 10月20日(水) 10月27日(水) | 10月13日(水) |
| 時 間 | 午後7時～8時 | 午後6時～7時30分 | 午後7時～8時 |
| 募 集 人 員 | 20名 | 12人 | 15～20人 |
| 会 場 | 視聴覚室 | パソコン室 | 調理室 |
| 講 師 | もり たかのり 森 隆則 先生 | つづき けんじ 都築 健司 先生 | さいとう きよこ 斉藤 清子 先生 |

★申し込み方法 電話またはファックスで下記までお申し込みください。

★申し込み期限 10月6日(水)、ただし、定員になり次第締め切ります。

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。

★そ の 他 ・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。

※次回は田中・滋野小学校、北御牧中学校、東御清翔高校の講座をご案内いたします。

※10月上旬以降の学校公開講座は10月4日発行広報お知らせ版に掲載いたします。

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

市民みんなのラジオです！
78.5MHz FMとうみ 10月開局予定!!



地域密着にこだわった地元の行事、生活情報・行政情報などをお伝えします。

●問い合わせ先 (株)エフエムとうみ (東御市田中202) ☎63-1003 FAX63-1103

『新体力テスト』の参加者募集

文部科学省承認の成人向け『新体力テスト』を下記のとおり実施します。

自分の体力年齢がわかります！今後のスポーツ活動や体力の変化などの参考になるとと思います。
この機会に是非ご参加ください。

△日 時 10月11日(月・体育の日) 午前9時から

△場 所 東御中央公園第二体育館

△種目内容<<20歳~64歳>>

握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・
急歩(男:1500m/女1000m)・立ち幅跳び

<<65歳~79歳>>

握力・上体起こし・長座体前屈・開眼片足立ち・
10m障害物歩行・6分間歩行

△服 装 運動のできる服装

△持ち物 上履き・飲料水・タオルなど

△申し込み方法 9月27日(月)までに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)



第7回 市民登山参加者募集

△日 時 10月17日(日) 午前7時30分集合

「出発時雨天の場合は中止となります」

△集合場所 東御中央公園 武道館前駐車場

△目的地 烏帽子岳

△持ち物 昼食・水筒・雨具・帽子・防寒衣
タオル・着替えなど

△服 装 登山に適した服装



△対象者 小学生以上(小中学生は保護者同伴)定員50名
※定員になりしだい締め切ります。

△参加料 無料

△申し込み方法 10月4日(月)までに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・問い合わせ先 生涯学習課 スポーツ係(第一体育館内)
電話62-2200 FAX62-3417

市の臨時職員を募集します

◆募集内容 募集職種 ●一般事務(6時間勤務)
●保育園給食調理員(7時間勤務)

募集人員 各、若干名

応募資格 通勤可能な方(詳細は、下記までお問い合わせください。)

勤務開始日 平成22年10月(中旬)から

◆応募方法 応募書類 非常勤職員等登録申請書、履歴書
(書類は、市のホームページからダウンロードしていただくか、市総務課総務係に直接ご請求下さい。)

募集期限 9月27日(月)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、書類選考の上、面接を行い、採用を決定します。

●申し込み・問い合わせ先 総務課 総務係 ☎64-5876

脳の健康相談日

地域包括支援センターでは、9月から脳の健康相談を始めます。日々の生活も身体の健康も脳の力が大切です。ご自分の脳の健康度をチェックして、若々しい脳を目指してみませんか？

◇とき 毎週水曜日 午前9時～午後3時

◇ところ 総合福祉センター

◇その他 予約が必要となります。下記まで電話でご連絡ください。(各回定員5人)

●予約・問い合わせ先 地域包括支援センター ☎64-5000

東御市 精神保健福祉講演会の開催

自殺者が毎年3万人を超える現代社会。

東御市でも心の健康づくりが大きな課題になっています。

ご自身やご家族の心の健康について、身近な人との向き合いについて一緒に学び、考える機会にしませんか？

下記のとおり、講演会を開催しますので、参加ご希望の方は下記へお申し込みください。

【第1回】

★日時 9月22日(水) 午後1時30分～3時30分 (受付：午後1時15分)

★場所 東御市総合福祉センター3階 講堂

★内容 講演 「うつ病について (仮)」

講師 千曲荘病院 精神科 安藤直也医師

★申込締切日を過ぎていますが、参加ご希望の方はお問い合わせください。

【第2回】

★日時 11月2日(火) 午後1時30分～4時 (受付：午後1時15分)

★場所 東御市総合福祉センター3階 講堂

★内容 講演 「事業所で取り組むメンタルヘルス対策」

講師 社団法人日本産業カウンセラー協会 上信越支部 古越真佐子氏

★申込締切 10月15日(金)

【第3回】

★日時 12月6日(月) 午後1時30分～4時 (受付：午後1時15分)

★場所 東御市総合福祉センター3階 講堂

★内容 講演 「心の健康について考える ～人との向き合いをとおして～」

講師 一般財団法人身体教育医学研究所 研究主任 朴 相俊氏

★申込締切 11月19日(金)

●申し込み・問い合わせ先 健康保健課 保健係 ☎64-8882 FAX64-8880

「子ども手当」の申請は9月30日までに!

◎子ども手当が本年4月から始まっています。

中学校修了までのお子さんを養育する方が支給対象です。

◎お急ぎください!

9月30日までに東御市へ申請しない場合は、申請の翌月分からの支給となり、4月分からの手当は受け取れません。詳しくは福祉課福祉推進係へ問い合わせてください。

●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) FAX64-8880

健康・食生活に興味のある方あつまれ!!

「ヘルスマイト養成セミナー」開催

ご自分の健康・食生活に興味がある方、ご家族の、お隣さんの、地域の健康づくりに興味のある方、健康について学習しませんか。

毎日の食生活は健康と密接に関係しています。健康であるために、保健師・管理栄養士・健康運動指導士と、この機会と一緒に学びましょう。

○教室内容・日程

| | | |
|-----|----------------------------|---|
| 第1回 | 10月29日(金) 9:30~12:00 | 健康には関心があるけど、自分はどうか？ 自分が住んでいる地域のこと、東御市の様子はどんなだろう？ |
| 第2回 | 11月9日(火) 9:30~12:00 | 健診を受けているけど、検査値ってどう見るの？ からだの中と食事・運動ってつながってるんだ。 |
| 第3回 | 12月6日(月) 9:30~15:00 | どんな食事が生活習慣病を予防するのかな。 調理実習&試食 運動でリフレッシュ! |
| 第4回 | H23年1月14日(金) 9:30~13:30 | 食品衛生と食中毒、食品表示について学ぼう。 カロリーだけで選びますか？ 調理実習&試食 |

○対象者 健康・食生活に興味のある方 定員20名

○場所 保健センター（総合福祉センター 2階）

○参加費 実費（調理実習食材費・テキスト代として）

○申し込み 10月22日(金) までに下記までお申し込みください。

○その他 3回目はからだを動かしやすい服装でお越しください。

修了された方は、ヘルスマイトの活動に参加することができます。

●申し込み・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

平成22年度 東御市消費生活展

野菜のマーケット出店者募集

自分の作った野菜や果物などを販売するため出店してみませんか。

■とき 11月13日(土) 午前10時~午後2時30分

■場所 中央公民館

■参加条件 市内在住の方

*申し込み時に氏名、住所、電話番号、販売品について伺います。

■申し込み方法 電話、ファックスまたはメールで下記までお申し込みください。

■申し込み締め切り 10月20日(水)



●申し込み・問い合わせ先 消費生活展実行委員会事務局(市民課 生活環境係内)
☎64-5896 FAX63-6908
Eメール shimin@city.tomi.nagano.jp

食生活改善 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ます。自分や家族の健診結果が気になっている方や、何をどのくらい食べればいいのか知りたい方！一緒に学んでみませんか？

都合のつく回や興味のある回のみでの参加はもちろん、1か月に1回ずつ4ヶ月で終了、復習のためにもう一度あの回だけ申し込むなど、参加の仕方はいろいろ選べます。

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 定員10名程度
会場 総合福祉センター2階 調理室 ※市民病院のすぐ上の建物
時間 午前9時30分～午後0時30分
参加費 1回400円



| 10月 | 11月 | 内 容 |
|--------|--------|------------------------|
| 7日(木) | 8日(月) | ちょうど良いエネルギーと食事量は？ 試食あり |
| 14日(木) | 15日(月) | 1日分の食事を書き出してみよう。 |
| 21日(木) | 22日(月) | 間食、ちょっとなら本当に大丈夫？ 試食あり |
| 28日(木) | 29日(月) | 塩分・油・脂 摂り過ぎないポイント 試食あり |

申し込みは 開催日の1週間前までをお願いします。

●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

第16回 柵津地区ふれあい文化祭 出品作品募集のお知らせ

柵津地区「ふれあい文化祭」を10月16日(土)・17日(日)に柵津公民館で開催します。

この文化祭は、「一芸一学習まちづくり」の一環として、柵津公民館及び分館活動をはじめ日頃の学習の成果を発表しあうと共に皆さんの「ふれあいの場」として開催されます。そこで、下記により募集しますので、大勢の皆さんの出品をお願いします。



応募資格 柵津地区在住者及び勤労者

作 品 書、絵画、写真、木彫り、陶芸、工芸、菊花、花卉、手芸、手毬伝承文化や生活文化作品、等々。日頃生きがいの一つとして制作に取り組んでいる作品なら種類を問いません。

出品申し込み 区に分館長さんへ10月8日(金)までに申し込んでください。
柵津地区にお勤めの方は柵津公民館へ10月8日(金)までに申し込んでください。(火・木の午後は除きます。)

作品搬入 10月15日(金) 午前9時～午後3時

作 品 展 10月16日(土)午前10時～17日(日)午後3時

搬 出 10月17日(日)午後3時～午後4時

●問い合わせ先 柵津公民館 ☎62-0251(火・木の午後は除く) 中央公民館 ☎64-5885

農地相談会開催のお知らせ

東御市農業農村支援センターでは、農業委員会とJA信州うえだ・JA佐久浅間の共催により、下記の日程で農地相談会を開催いたします。優良農地を認定農業者・新規就農者等、地域農業の担い手に集積することで、荒廃農地を減らし地域農業の振興に寄与することを目的としています。水田・畑地・巨峰等の樹園地で1圃場10アール以上の貸し付けを希望される方は、それぞれ地区の相談会場へお越し下さい。

| 相談日 | 相談地区(場所・時間) | |
|----------|---------------------------|---------------------------|
| | 午前9時～11時30分 | 午後1時30分～4時 |
| 9月29日(水) | 滋野地区 (JA滋野店2階会議室) | 田中地区 (舞台が丘会館2階会議室) |
| 9月30日(木) | 祢津地区 (JA祢津店2階会議室) | 和地区 (JA和店2階会議室) |
| 10月1日(金) | 北御牧川西地区 (北御牧庁舎2階第三学習室) | 北御牧川東地区 (北御牧庁舎2階第三学習室) |

～持ち物～

- ☆土地・家屋名寄帳(市役所税務課発行)又は固定資産税課税明細書
- ☆印鑑

貸したい農地の、地番・面積がわかるようにしてお越し下さい。

●問い合わせ先 農業農村支援センター ☎64-5887

児童扶養手当に関するお知らせ

児童扶養手当の現況届はお済ですか。

児童扶養手当の現況届を提出されていない方は、至急、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。

(現況届の提出がされないと、8月以降の手当が停止となります)

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の促進に寄与し、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、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)

●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 FAX64-8880

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

●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 |
|----------|----------|--------------|-----------|----------|---------------|
| 9月28日(火) | 4か月児健診 | 平成22年5月生まれの人 | 10月19日(火) | 3歳児健診 | 平成19年8月生まれの人 |
| 29日(水) | 1歳6か月児健診 | 平成21年3月生まれの人 | 21日(木) | 10か月児健診 | 平成21年12月生まれの人 |
| | | | 22日(金) | 2歳児歯科健診 | 平成20年8月生まれの人 |
| | | | 26日(火) | 4か月児健診 | 平成22年6月生まれの人 |
| | | | 27日(水) | 1歳6か月児健診 | 平成21年4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 | 10/8(金) | ・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。 |
| ポリオ(小児マヒ) 生後3カ月~7歳半 | 9/17(金)・9/21(火) 9/27(月) 10/1(金)・10/6(水) | ・接種後27日は他の予防接種は受けられません。 ・2回目の接種は、1回目接種日から41日以上の間隔をおいて接種してください。 |

●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) | 期間内に20日~56日までの 間隔で3回接種 ----- 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 ----- 初回接種終了者 | 通 年 ・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16年4月2日~ 平成17年4月1日生 ----- 平成9年4月2日~ 平成10年4月1日生 ----- 平成4年4月2日~ 平成5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。 ◎第1期は1歳になったら早めに ◎第2期、第3期、第4期はできるだけ早く接種を済ませましょう。 |
| 日本脳炎 | 初回 6日~28日までの間隔で 2回接種 ----- 追加 初回接種のおおむね1年後 に1回接種 | 平成18年4月2日~ 平成20年4月1日生 (満3歳の者) ----- 初回接種終了者 | 通 年 ・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。 ・満3歳~7歳半が定期対象ですが、左記対象者を優先接種しています。 |

●個別予防接種実施医療機関 (☐は日本脳炎は行なっていません)

| 医 療 機 関 名 | 住 所 | 電 話 番 号 | 医 療 機 関 名 | 住 所 | 電 話 番 号 |
|-------------|-----------|---------|--------------------|-------------|---------|
| 祢津診療所 | 祢津343-2 | 62-0273 | せき内科クリニック | 本海野1496-102 | 64-7171 |
| 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

- ・と き 10月15日(金)
(午前9時30分～11時30分)
- ・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22年2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。

10月19日(火)は栄養士による食事相談も行っています。

◎花みずき会(こころのボランティア)

- ・と き 10月11日(月) 午後1時30分から
- ・と ころ 中央公民館2階和室
- *興味のある方はどなたでも参加できます。

◎心の相談

保健師による相談・訪問等、随時受け付けます。

◎精神障害者デイケア

- ・と き 10月20日(水)(交流)
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 9月27日(月)、10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 10月18日(月) 午前10時から
- ・と ころ 総合福祉センター2階
- *興味・関心のある方、ご家族の対応で悩んでいる方、ぜひお出かけください。

◇◇◇特定健診を受けましょう◇◇◇

○40～74歳の方 特定健診は受けましたか？

○東御市国民健康保険加入の方

個別健診……平成23年1月まで

集団健診……今回が最後の集団健診です！お見逃しなく！！

10月4日(月) } 両日とも午前9時から11時

10月5日(火) } 午後1時から2時

(健康増進係へのお申し込みが必要です)

○国民健康保険に加入していない方 → 加入している医療保険者へ

●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

⊕ 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。

9月 19日 春原整形外科クリニック ☎64-6200 常 田
26日 ほしやま内科 ☎62-3115 常 田

10月 3日 東御記念セントラルクリニック ☎62-1231 県
10日 中 島 医 院 ☎67-2777 大日向
17日 酒 井 医 院 ☎64-3170 城の前
24日 東御市民病院 ☎62-0050 鞍 掛
31日 せき内科クリニック ☎64-7171 白鳥台

休日歯科当番表

(診療時間は午前9時から午後3時まで)

9月 19日 竹内 歯科 医院 ☎27-2234 上田市上田原
20日 松原 歯科 医院 ☎22-0192 上田市中央
23日 中 沢 歯科 医院 ☎22-3688 上田市中央
26日 岩 倉 歯科 医院 ☎22-5391 上田市中央西

10月 3日 草間 歯科 医院 ☎21-4618 上田市中央西
10日 清 水 歯科 医院 ☎22-3486 上田市緑が丘
11日 けやき 歯科 医院 ☎29-6111 上田市古里
17日 国保長和町和田歯科診療所 ☎88-2217 長和町和田
24日 東 部 歯 科 ☎64-2300 東御市大石
31日 小牧橋 歯科 医院 ☎22-9225 上田市国分

※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

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

9月20日から26日は「動物愛護週間」です

動物愛護管理法では、国民の間に広く動物の愛護と適正な飼養についての理解と関心を深めていただくため動物愛護週間を定めています。

動物愛護週間には、国、地方自治体、関係団体が協力して、動物の愛護と管理に関する普及啓発のための行事を実施しています。

長野県では、「動物愛護フェスティバル2010インおおまち」が開催されます。大勢の方のご参加をお待ちしています。

- 日時／9月23日(木・祝) 午前10時～午後3時30分
- 場所／大町市文化会館前 特設会場
(大町市大町1601-2)
- 内容／犬のしつけ方教室、動物ふれあい広場、動物愛護作品コンテスト、動物クイズ、動物なんでも相談、ポニー乗馬、各種ブース展示
- 主催／長野県動物愛護会他
- 問い合わせ先／
長野県動物愛護会上小支部事務局：上田保健福祉事務所
食品・生活衛生課 乳肉・動物衛生係 ☎25-7153

「公証週間」についてのお知らせ

法務省と日本公証人連合会では、毎年10月1日から7日までを「公証週間」とし、皆さんに公証制度を正しく理解していただくとともに、この制度のご利用を呼びかけております。

公証制度は、私たちの日常生活において紛争が生じないよう未然に防止し、法律上の権利や義務を明確にし安定させることを目的として、証書の作成等の方法により、一定の事項を公証人に証明させる制度です。

この公証事務を担当する公証人は、判事、検事、法務事務官などを長く務めた法律実務の経験豊かな者の中から法務大臣が任命した法律の専門家です。

次のような約束事には公正証書の作成をお勧めします。

- 遺言
- お金の貸し借り
- 不動産の売買や貸し借り

- 離婚に伴う養育費や慰謝料等の支払
- 任意後見契約（公正証書によることが必要です。）
大切な契約や取引において公正証書は皆さんの権利を正しく確実に守ってくれます。
詳しくは下記までお問い合わせください。
- 問い合わせ先／上田公証役場 ☎22-5477

～長野県からのお知らせ～

この秋、長野県で全国大型観光キャンペーンがはじまります！

「未知を歩こう。信州」2010.10.1-12.31

アルクマです…
信州をクマなく歩き、
信州の魅力を広めます



イメージキャラクター「アルクマ」

信州を歩いて「未知」の魅力を発見しましょう！

「未知」の信州を探しにこられたお客様をさわやかにおもてなししましょう！



無料法律相談所の開設について

10月1日から7日の「法の日」週間に、無料で法律・人権・調停・公証についての相談所を開設します。

金銭・土地・交通事故等の問題、離婚・扶養・相続等家庭内のもめ事、差別、いじめ等の人権問題でお困りの方はお気軽にご利用ください。(秘密厳守)

なお、ご来場の際には、相談に関する資料をお持ちください。

- とき／10月1日(金) 午前10時～午後4時
- ところ／上田商工会議所5階ホール
- 主催／裁判所、検察庁、弁護士会、法務局、調停協会、公証役場
- 問い合わせ先／長野地方裁判所上田支部庶務課 ☎40-2201

司法書士無料法律相談 相談所開設

司法書士による、無料法律相談が実施されます。秘密は厳守されますので、お気軽にお出かけください。

- 日時／10月2日(土) 午後1時～4時

全国のご加入者
1,853万件!
(すべての共済事業の合計/H22年5月末現在)

営利を目的としない助け合いの制度!
 共済金のお支払いと割戻金で掛金の約8割をご加入者に還元しています。

長野県民共済

共済取扱団体/長野県認可 長野県民共済生活協同組合
 共済元受団体/厚生労働省認可 全国生活協同組合連合会 <http://www.kyosai-cc.or.jp/>

生命共済

満18歳～満59歳の健康な方 **総合保障型**

こども型

0歳～満17歳の健康なお子様 **こども型**

新型火災共済

再取得可能な価格で保証! **新型火災共済**

さらにおトクな 割戻金

| | |
|----------------------|----------------------|
| 平成21年度の割戻率(長野県民共済実績) | |
| 総合保障型 26.83% | こども型 20.07% |
| 熟年型 34.70% | 新型火災共済 40.06% |

※法算後の剰余金は割戻金として毎年3月末日現在のご加入者を対象にお戻ししています。
 ※割戻金の中から払込掛金の5%相当を出資金に振り替えていただきます(こども型は除く)。この出資金は組合退社時にお戻しします。

[上田] ☎0268-24-3985(代)
 〒386-1104 上田市福田下田9-33 FAX 0268-24-3902

SBCラジオ 市民共済講座「YES! 県民共済 聞いてなるほど!」毎週日曜18:05-18:45(約15分間)放送

口座振替取扱金協賛機関
 八十二銀行 ゆうちょ銀行

※掛金の口座振替についてはおのり金振替機から「おのり」もご指定ください。おのり振替の旨でのご申し込みはご遠慮ください。

資料請求はホームページからどうぞ。

長野県民共済 検索
www.nagano-kyosai.or.jp/

携帯から▶<http://kyo-sai.jp/nagano/> 携帯サイトのURL(コピー)



(広告欄)

- 場所／東部人権啓発センター 3階大会議室
(東御市県288-3)
- 相談内容／
 - ・不動産の登記、会社(法人)の登記に関する相談
 - ・相続に関する相談
 - ・クレジット、サラ金等多重債務に関する相談
 - ・不動産の売買、贈与等の取引に関する相談
 - ・借地借家に関する相談
 - ・高齢者、障がい者等の財産管理に関する相談
 - ・悪質商法被害に関する相談
 - ・貸金、売掛金等の回収に関する相談
 - ・中小企業法務に関する相談
 - ・裁判所への提出書類の作成に関する相談
 - ・その他
- 予約等は必要ありません。
当日会場へ直接お越しください。
- 問い合わせ先／長野県司法書士会上田支部
日野敬輔 ☎62-4323

上田創造館が臨時休館します

10月4日(月)、全館定期清掃と館内機器点検のため臨時休館とさせていただきます。

ご不便をおかけしますが、よろしくお祈いします。

- 問い合わせ先／上田創造館 ☎23-1111

全国一斉表示登記無料相談会開催

土地の境界に関するトラブル、土地建物に関する登記などでお悩みの方、お気軽にご相談ください。

- 日時／10月9日(土) 午前10時～午後4時
- 場所／上田市西部公民館 2階 (上田市常磐城5-1-44)
- 問い合わせ先／長野県土地家屋調査士会上田支部
☎22-8085 FAX22-9954 (久保田)

「いいお産の日」IN 佐久

～ゆったりお産 のんびり子育て～

- 日時／11月5日(金) 午前10時～午後3時30分
- 会場／佐久市子ども未来館
- 内容／1.ベビーピクス 2.マタニティーヒーリング
3.マタニティープラネタリウム
4.手回しオルゴール演奏会
5.骨盤ケア(妊婦対象) 6.マタニティーヨガ
その他、各種相談・体験コーナーなどもあります。
- 参加費／大人700円～1000円、子供(3才から)300円、
託児(要予約)300円
- 申し込み方法／
ベビーピクス・マタニティーヒーリング・ヨガ・骨

盤ケア・託児は予約が必要です。子ども未来館まで電話でお申し込み下さい。(定員になり次第締め切らせていただきます)

- 申し込み・問い合わせ先／佐久市子ども未来館
☎0267-67-2001 FAX0267-67-2731

陸上自衛隊高等工科学校生徒の募集

中学校卒業者等を対象に採用する制度で、個人の適性に応じて、幅広い教養と豊かな人間性を養い、将来陸上自衛官として大きく進展できる基礎を作ります。(生徒手当及び期末手当等が支給されます。)

- 受付期間／11月1日(月)～平成23年1月7日(金)
- 応募資格／15歳以上17歳未満の男子で中卒(見込含む)
第1次試験 ・試験日 平成23年1月22日(土)
・合格発表 平成23年2月1日(火)
・試験会場 長野第2合同庁舎(長野市)
- 説明会<上田会場>
 - ・日時 10月2日(土)・23日(土) 午後1時から
 - ・場所 自衛隊上田地域事務所(上田駅温泉口より徒歩1分)
<佐久会場>
 - ・日時 10月3日(日) 午後1時30分から
 - ・場所 佐久勤労者福祉センター
(佐久平駅より徒歩3分)
- 問い合わせ先／自衛隊上田地域事務所 ☎22-5267

日本APEC開催に伴う 交通対策へのご協力を

会議の開催地域、開催期間において幹線道路を中心に広範囲な交通対策、交通規制が実施されます。期間中開催地域への自動車の乗り入れを極力控えていただくよう、ご理解とご協力をお願いします。

<APEC首脳会議・閣僚会議>

- 日程／11月13日(土)～14日(日)
11月10日(水)～11日(木)
- 対象地域／横浜氏の一部および横浜市から首都高速道路等を経由して、新東京国際空港もしくは東京国際空港または東京都に至る路線

<食料安全保障担当大臣会合>

- 日程／10月16日(土)～17日(日)
- 対象地域／新潟市の一部および市内の一般道路を経由して新潟空港に至る路線

<中小企業大臣会合>

- 日程／10月2日(土)～3日(日)
- 対象地域／岐阜市の一部および岐阜市から東海北陸自動車道等を経由して中部国際空港に至る路線
- 問い合わせ先／長野県警察本部 交通規制課
☎026-233-0110(代表)



サンピアン上田 ピアノ工房

音楽教室 生徒募集

入会
随時
受付中!

♪楽しく音楽が身に付きます。
 ♪個々に合わせたスピードでレッスンできます。
 ♪夏休みには、ホールで記念の発表会に参加できます。
 ♪ピアノコースは全国レベルのグレード試験を受ける事ができます。
 ♪ピアノコースはコンクールに参加する事ができます。

各コース

- ♪音楽遊びコース(1~2歳)
- ♪アトリエランドコース(2~5歳)
- ♪ジュニアピアノコース
- ♪キッズドラムコース

- ♪フルートコース
- ♪大人の一曲マスターコース
- ♪コーラスコース

お問い合わせ スタインウェイピアノ長野県特約店
サンピアン上田ピアノ工房
 上田市常磐城5-1-14
 ☎0120-147748 mail ueda@sunpian.com
 TEL.0268-22-7748

できることから始めよう!

とうみエコライフDAY2010

とうみ
東御の日 10月3日(日)



とうみエコライフDAYとは、地球温暖化防止のため「10月3日 東御の日にみんなで地球温暖化防止活動に取り組もう」という日のことで、今年が3回目の取り組みとなります。

環境問題、とりわけ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。今、私たちにできることは、「一人ひとりが温暖化防止の行動を起こす」ことです。日頃の暮らし方を見直し、みんなで温室効果ガスの排出削減に向けた行動を実践しましょう。

参加方法

- 10月3日はエコライフ（環境のことを考えて生活すること）をして、その結果をチェックシートに記入しましょう。チェックシートは今回の市報おしらせ版の挟み込みを使用してください。（チェックシートは市のホームページからもダウンロードできます。）
- 記入したチェックシートは下記の方法でご提出ください。

①回収箱への投函

回収箱の設置場所：市役所本庁舎、北御牧庁舎、地区公民館（中央公民館、滋野コミュニティーセンター、祢津公民館、和コミュニティーセンター）、市立図書館

②郵送、FAX、メール送信による場合

| | |
|-------|--|
| 郵 送 | 〒389-0592 東御市県281-2 東御市役所 市民課生活環境係 エコライフDAY担当宛 |
| F A X | 63-6908 |
| メール送信 | shimin@city.tomi.nagano.jp |



チェックシートの提出は10月18日(月)までをお願いします。

当日、削減できた二酸化炭素排出量は市報及び市ホームページで発表いたします。

●問い合わせ先 東御市環境市民会議 事務局(市民課 生活環境係) ☎64-5896

犬猫の繁殖制限（バースコントロール） 事業実施のお知らせ

6月に実施した犬猫の繁殖制限（バースコントロール）事業を、10月にも実施します。不幸な子犬や子猫の出生、捨て犬や捨て猫をなくしましょう。

助成対象 10月中に次に該当する犬または猫の不妊手術を受けた場合

- ①市内に居住する者が飼育する犬と猫
- ②犬は、登録と平成22年度の狂犬病予防注射が済んでいるもの

手術実施期間 10月1日から10月30日まで

申し込み方法 実施動物病院で「犬・猫の不妊手術助成金申込書・受領書」に記入し申し込んでください。

助成金額 (1頭) メス 5,000円 オス 3,000円

担当獣医師 東御市、上田市、長和町及び青木村で開業している協力獣医師（詳細は下記事務局へ問い合わせください）

繁殖制限事業協力動物病院に直接行って申し込んでください。期間前などの場合は、獣医さんに問い合わせてください。

その他 助成頭数には限度がありますのでご注意ください。

(主催) 長野県動物愛護会上小支部

(上田保健福祉事務所内 食品・生活衛生課 乳肉・動物衛生係)

(協力) 上田市、東御市、長和町、青木村及び長野県獣医師会上小支部



(H22上小地域及び小諸市の協力獣医師一覧)

| 病 院 名 | 住 所 | 電 話 番 号 | 獣 医 師 会 |
|-------------|-----|---------|---------|
| アスギヤード動物病院 | 東御市 | 67-3131 | ○ |
| あらき動物病院 | 東御市 | 63-5053 | ○ |
| 土屋動物病院 | 東御市 | 62-1295 | |
| あきやま動物病院 | 上田市 | 26-6610 | ○ |
| アリス獣医科病院 | 上田市 | 25-1122 | ○ |
| 上田犬猫病院 | 上田市 | 22-1466 | ○ |
| 金井動物病院 | 上田市 | 22-5506 | ○ |
| 近藤動物病院 | 上田市 | 41-1522 | ○ |
| 塩田犬猫病院 | 上田市 | 38-5679 | ○ |
| 中島動物病院 | 上田市 | 38-7725 | ○ |
| はせがわ獣医科病院 | 上田市 | 22-3360 | ○ |
| ロゴス動物病院 | 上田市 | 27-6236 | ○ |
| アークペットクリニック | 上田市 | 23-6750 | |
| まるこ動物病院 | 上田市 | 42-7630 | |
| どうぶつクリニック | 長和町 | 68-0284 | ○ |

●問い合わせ先 市民課 生活環境係 ☎64-5896
長野県動物愛護会上小支部 ☎25-7153



のびのびっこひろば (10月)

時間はいずれも午前10時からです。
 詳細はすくすくひろば(64-5814)へお問い合わせください。

田中のびのびっこひろば

- 10月5日(火)・芝生公園に行こう!
(現地集合 10時30分-雨天中止)
- 10月19日(火)・消防署へ行こう! すくすくひろば集合

滋野のびのびっこひろば

- 10月6日(水)・親子ピクス
滋野児童館(汗拭きタオル・着替え)
- 10月21日(木)・運動会
滋野児童館(汗拭きタオル・着替え)

祢津のびのびっこひろば

- 10月15日(金)・ママ~ずのリズム遊びに参加しよう
すくすくひろば
- 10月18日(月)・消防署見学に行こう
すくすくひろば

和のびのびっこひろば

- 10月5日(火)・公園で遊ぼう
芝生公園(雨天時すくすくひろばで自由遊び)
- 10月19日(火)・運動会 和コミュニティセンター2階

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~11時30分です。

- 10月7日(木)・さくらんぼクラブ
(誕生祝い希望ママは予約してください)
- 10月12日(火)・育児座談会 (篠原助産師)
(午前10時30分から)
- 10月15日(金)・ママ~ずのリズム遊び
(午前10時30分から)
- 10月19日(火)・すくすく相談日(子育て支援センター)
(午後1時~3時)
- 10月21日(金)・おもちゃドクター (麻見氏他)
- 10月25日(月)・ママ~ずのおはなし絵本
(午前10時30分から)
- 10月26日(火)・いちご教室
(絵本の会 山内氏・渡辺氏・小田中氏)
- 10月27日(水)・くまさんクラブ (芹澤相談員)
- 10月29日(金)・描こう!作ろう! (深町先生)

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10時~11時30分です。

- 10月6日(水)・ふれあい広場 (戸谷講師)
- 10月8日(金)・母と子の絵画工作教室 (荻原講師)
- 10月13日(水)・わんぱくピクス
(身体教育医学研究所講師)
- 10月14日(木)・かみかみ離乳食教室 (21年10月・11月・12月生まれ対象材料費個人負担 要予約)
- 10月19日(火)・0歳児のママ広場
- 10月22日(金)・かにさんクラブ (親子料理教室)
(田中地区対象 材料費個人負担要予約)
- 10月28日(木)・おもちゃドクター (麻見氏他)

10月の園開放のお知らせ

海野保育園 ☎62-2800

10月16日(土) 午前10時頃

*運動会。(田中小学校体育館で行います)
 (競技に参加して楽しみましょう)

くるみ幼稚園 ☎62-0164

10月2日(土) 午前10時頃

(雨天の場合は順延)

*運動会(風車を拾おう。)

10月8日(金) 午前10時30分~11時30分

*人形劇を観よう

(『かもとりごんべい』『あたまやま』)

田中保育園 ☎62-1602

10月2日(土) 午前9時30分~11時

*運動会にお出かけください。

(参加種目は、10時頃の予定です)

滋野保育園 ☎63-6468

10月2日(土) 午前9時30分~11時

*運動会にお出かけください。

(参加種目は、10時頃の予定です)

祢津保育園 ☎63-6816

(祢津小学校体育館で行います)

10月2日(土) 午前9時30分~11時

*運動会にお出かけください。

(参加種目は、10時頃の予定です)

和保育園 ☎63-6529

10月2日(土) 午前9時30分~11時

*運動会にお出かけください。

(参加種目は、10時頃の予定です)

西部保育園 ☎63-6469

10月2日(土) 午前9時30分~11時

*運動会にお出かけください。

(参加種目は、10時頃の予定です)

東保育園 ☎62-3291

10月2日(土) 午前9時30分~11時

*運動会にお出かけください。

(参加種目は、10時頃の予定です)

北御牧保育園 ☎67-2093

10月2日(土) 午前9時30分~11時

*運動会にお出かけください。

(参加種目は、10時頃の予定です)

※雨天の場合、会場が変わりますので各保育園へお問い合わせください。



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 9月30日(木) 午前11時から

10月1日(金) 午前11時から

○場 所 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)



図書館だより

新着本案内



▶ 一般書

- 父親再生 信田 さよ子・著
- モノの最新テクノロジーがわかる本
成美堂出版編集部・編
- 大原照子のシンプル家事ノート 大原 照子・著
- サラダ・サラダ・サラダ -プロがつくる
166のサラダと109のドレッシング-
柴田 書店・編
- お寺と神社その美を楽しむ方法 柴田 謙介・著
- 声ってステキ! -あなただけの声を育てる本-
青島 広志・著
- 認知症バーバちゃんの気持ち嫁の気持ち
清水 好子・著
- スリープ 乾 くるみ・著
- 今日を刻む時計 宇江佐 真理・著
- トリック・シアター 遠藤 武文・著
- 結婚相手は抽選で 垣谷 美雨・著
- 七人の敵がいる 加納 朋子・著
- 悪貨 島田 雅彦・著
- 祈る時はいつもひとり 上・下 白川 道・著
- 俺俺 星野 智幸・著
- ダリアの笑顔 椰月 美智子・著

▶ 児童書

- ぼくのしんせき 青山 友美・作
- ちいさなボタン、プッチ 荒井 良二・絵
- 七福おばけ団 大島 妙子・絵
- さつまくん 神門 やすこ・絵
- にこちゃんとぷんぶんまる 真珠 まりこ・作
- つきとあそぼう 谷内 こうた・絵
- ぼくんちのティラノサウルス のぶみ・作
- じゃがいもポテトくん 長谷川 義史・作
- マックスがどうしてもあげたいものは…
マーサ・アレクサンダー・作
- キッチンとお風呂でできる!
小学生のおもしろ科学実験 甲谷 保和・著
- アナザー修学旅行 有沢 佳映・作
- 皿と紙ひこうき 石井 睦美・作
- ふしぎなヨットのかいぞくやまねこ
斉藤 洋・作
- 小さな王さまとかっこわるい竜
なががわ ちひろ・作
- 危険ないところ ナンシー・ワーリン・作

●問い合わせ先 東御市立図書館 ☎64-5886

(2) 地上デジタル放送受信相談会

*それぞれ受信状況に合わせたご相談に応じます。

○日 時 9月27日(月)から10月1日(金)までの5日間
全日 午前10時～午後5時

○場 所 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)

◆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

デジタル放送受信説明会及び相談会

*説明を20分ほど行った後に、個別の受信相談に応じます。

○日 時 10月5日(火) 午前10時～11時30分、午後7時～8時30分
10月7日(木) 午後7時～8時30分

○場 所 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

◆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

○加入されている方には、後日改めてご案内します。

詳しいお問い合わせ先は

東御市役所 総務部企画課ケーブルテレビ係

電話：67-2981 有線：7-2981

●問い合わせ先 総務課 行政管理係 ☎64-5901

とうみチャンネル 9月19日～10月7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。

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。

| | | | | | |
|-------|-----|--|-------|-----|---|
| 9月19日 | (日) | 保育園夏まつり ～北御牧保育園～ | 29日 | (水) | 湯の丸高原つつじ祭イベント (再) 野外ステージ発表～後半～ |
| 20日 | (月) | 第7回 東御市消防ラッパ吹奏大会 (再) | 30日 | (木) | 県議会広報番組「こんにちはは県議会です」(再) ～6月定例会～ |
| 21日 | (火) | いよっ!こまつ「豪華絢爛 曳山子供歌舞伎」(再) (テレビ小松制作) | 10月1日 | (金) | Weekly! ウィークリーとうみ ～東御市内の話題～ |
| 22日 | (水) | 親子ふれあい史跡めぐり～北御牧地区～ (再) | 2日 | (土) | 滋野公民館 「ふれあいコンサート」 |
| 23日 | (木) | 第6回 東御市民まつりー東御どすこい SUN SUNー ～中継録画放送～ | 3日 | (日) | 第7回 東御市水泳大会 |
| 24日 | (金) | 日本三大奇祭 吉田の火祭り ～400年の歴史を今に伝える～ (CATV富士五湖制作) | 4日 | (月) | 第3回 北御牧中学校授業参観<PTA講演会>(再) 子どもの能力を伸ばす・引き出すコミュニケーション術 講師:森田 舞先生 |
| 25日 | (土) | みまきニユードカンコ ～まつり当日の様子～ | 5日 | (火) | 第7回 東御市長旗わんぱく少年野球大会①(再) ～滋野スポーツ少年団～ |
| 26日 | (日) | 平成22年度 東御市成人式 | 6日 | (水) | 第7回 東御市長旗わんぱく少年野球大会②(再) ～祢津スポーツ少年団～ |
| 27日 | (月) | 夏の富士北麓 魅力再発見! (再) (CATV富士五湖制作) | 7日 | (木) | 瞳輝いて保育の翼 ～9月生まれのお誕生会～ |
| 28日 | (火) | 湯の丸高原つつじ祭イベント (再) 野外ステージ発表～前半～ | | | |

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、
お送りいたします。(25日～30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

※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。

田中地区ふるさと散策

恒例の「田中地区ふるさと散策」……今年度は県区です。

区内の寺社などを巡り、歴史の足跡をたどります。

この機会に地域の歴史にふれ、現代の暮らしを見つめてみませんか。

○日 時 10月2日(土) 午前9時～正午

(集合；午前8時50分)

○集合場所 東御市中央公民館前

○講師 高木 幹男さん

○参加料 無料

○その他 ・当日は歩きやすい服装で参加してください。

・雨天の場合は、公民館での学習とします。

○散策コース

旧棗田村山神宮→旧棗田村巖島社湧水→諏訪神社周辺→長坂池周辺→長江寺周辺→
旧長江寺跡→旧長坂村・弁才天湧水→靖国霊社

○参加をされる方は、集合時間までに中央公民館へお集まり下さい。

主催 田中地区生涯学習まちづくり推進協議会、田中地区分館長会

●問い合わせ先 中央公民館 ☎64-5885

田中地区

男女共同参画まちづくり地区懇談会 地域における男女共同参画

私達の地域を見つめ直し、一人ひとりの個性が響き合うまちにしましょう。

田中地区の皆さん、お出かけください。

★日時 10月16日(土) 午後7時～9時 (受付；6時30分から)

★会場 田中コミュニティーセンター

★内容 ○パフォーマンス発表

東御市男女共同参画プラン推進委員会制作

朗読劇 「農の暮らしからみえたもの

～自分を変えれば周りも変わる～

○地域における男女共同参画についての懇談会

主催 東御市男女共同参画推進会議・東御市

●問い合わせ先 生涯学習課 青少年男女共生係 ☎64-5906

きのこ中毒予防月間 9月20日(月)～10月19日(火)

お楽しみの「きのこの季節」の到来です。秋を満喫するために毒きのこに注意しましょう。

毒きのこ中毒防止の極意

その1

知らないきのこは採らない、絶対に食
べない。

その2

食べられるきのこの特徴をしっかり覚
える。

その3

「柄が縦に裂けるきのこは食べられる」
等の誤った言い伝えや迷信を信じない。

鑑別相談会

きのこ衛生指導員が鑑別指導します。

○マツヤ東部店

・鑑別日 10月2日(土)・3日(日)

(午前10時～午後4時)

・展示日 10月2日(土) 午前10時30分～午後4時

10月3日(日) 午前10時～午後4時

○上田合同庁舎3階 相談室

・予防月間中の月・木曜日

(午後2時～3時30分)*祝日等により前後します。

●問い合わせ先 健康保健課 保健係 ☎64-8882

胸部レントゲン検診のお知らせ

結核予防法の改正により、65歳以上の方は結核予防のために、年に1回胸部のレントゲン検診を受けることが義務化されています。

申し込まれた方には通知をお送りしてありますが、申し込まれていない方でも、当日時間内に会場にお出かけいただければ受診できます。

なお、以下の方は検診の対象になりませんので、検診は受けられません。

○64歳以下の方（昭和20年4月2日以降に生まれた方）

○らせんCT検診を受けた方・受ける予定のある方

○1年以内に胸部のレントゲン検診を受けた方



| 9月27日(月) | |
|-------------------|-------------|
| 滋野地区・北御牧地区一部 | |
| 別府公民館 | 8:50~9:00 |
| 原口公民館 | 9:15~9:30 |
| 聖公民館 | 9:50~10:00 |
| 中屋敷公民館 | 10:15~10:30 |
| 赤岩 小平武二さん宅 | 10:50~11:00 |
| 滋野コミュニ ティーセンター | 11:15~11:30 |
| 布下公民館 | 13:10~13:40 |
| 島川原公民館 | 13:50~14:00 |
| 滋野駅前 | 14:10~14:45 |
| 大石公民館 | 14:50~15:10 |
| 乙女平公民館 | 15:25~15:35 |
| 王子平公民館 | 15:45~15:50 |
| 東御市 保健センター | 16:10~16:30 |

| 9月28日(火) | | 9月29日(水) | | 9月30日(木) | | 10月1日(金) | |
|---------------------|-------------|----------------|-------------|-------------------|-------------|------------------|-------------|
| 柵津地区 | | 北御牧地区 | | 田中地区・北御牧地区一部 | | 和地区 | |
| 新屋坂下バス停横 野菜集出荷所前 | 8:45~9:00 | 下八重原公民館 | 8:50~9:10 | ★加沢区 仮設事務所前 | 8:40~9:25 | 東上田公民館 | 8:50~9:10 |
| 柵津公民館 | 9:15~9:30 | 中八重原公民館 | 9:25~9:40 | 田中保育園 | 9:40~10:10 | 和コミュニ ティーセンター | 9:25~9:35 |
| 西宮公民館 | 9:50~10:10 | 上八重原公民館 | 9:55~10:10 | 城ノ前公民館 | 10:15~10:30 | 東入公民館 | 9:50~9:55 |
| 姫子沢公民館 | 10:25~10:35 | 田楽平公民館 | 10:25~10:30 | 羽毛山公民館 | 10:45~10:55 | 西入公民館 | 10:10~10:15 |
| 滝の沢 柳橋政義さん宅 | 10:50~10:55 | 芸術むら 憩いの家 | 10:45~10:55 | 田中コミュニ ティーセンター | 11:10~11:50 | 田沢公民館 | 10:30~10:40 |
| 横堰公民館 | 11:10~11:15 | 北御牧総合支所 | 11:10~11:30 | せき内科クリ ニック駐車場 | 13:30~13:50 | 西田沢公民館 | 10:55~11:00 |
| 奈良原公民館 | 11:25~11:35 | 切久保公民館 | 13:30~13:40 | 海野宿 いろいろの家 | 14:05~14:25 | たたら堂集会所 | 11:15~11:25 |
| 新張公民館 | 13:30~13:45 | 八反田公民館 | 13:55~14:00 | 海野宿ふれあ いセンター | 14:40~15:00 | 井高集会所 | 11:35~11:45 |
| 出場公民館 | 14:00~14:10 | 本下之城公民館 | 14:15~14:20 | 県公民館 | 15:20~15:40 | 栗林公民館 | 13:30~13:40 |
| 柵津南公民館 | 14:30~14:40 | 田之尻公民館 | 14:35~14:40 | 東御市 保健センター | 15:55~16:10 | 東深井 共同作業所 | 13:55~14:05 |
| 金井公民館 | 14:55~15:05 | 宮公民館 | 14:55~15:00 | | | 西深井公民館 | 14:20~14:30 |
| 東御市 保健センター | 15:20~15:30 | 生きがい 交流センター | 15:15~15:25 | | | 曾根公民館 | 14:45~15:00 |
| | | 南部公民館 | 15:45~15:55 | | | 日向が丘公民館 | 15:15~15:30 |
| | | 北部公民館 | 16:10~16:20 | | | 海善寺公民館 | 15:45~16:05 |
| | | | | | | 東御市 保健センター | 16:25~16:40 |

●問い合わせ先 健康保健課 保健係 ☎64-8882 FAX64-8880

秋の全国交通安全運動が始まります

9月21日(火)から9月30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

- ☆高齢者の交通事故防止(基本重点)
- ☆夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
- ☆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
- ☆飲酒運転の根絶
- ☆生活道路における交通事故の防止 (長野県重点)



これからの時季は日没時間が早くなり、事故の危険性が高くなります。
明るい服装や反射材の利用を心がけましょう。
反射材を身につけることにより、ドライバーに発見されやすくなり、未然に交通事故を防止することができます。

東御市はシートベルト着用率が低い

シートベルトは命綱です。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。自分や家族のためにもシートベルトは必ず着用しましょう！

※東御市は7月の調査では着用率93%と非常に残念な結果でした。
(今年4月時点の調査での着用率 99%)

- ★安全運転は、地球にもやさしいエコドライブ。燃料の消費を抑える効果があります。
普通の発進より少し緩やかに発進する(最初の5秒で時速20キロが目安です)だけで11%程度燃費が改善します。やさしいアクセル操作は安全運転にもつながります。時間に余裕を持って、ゆったりした気分で運転しましょう。

●問い合わせ先 市民課 生活環境係 ☎64-5896 FAX63-6908

オータムジャンボ宝くじの賞金は、
1等・前後賞合わせて2億5千万円！

9月27日(月) 発売！売り切れ次第終了！

この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢者対策などの地域住民の福祉向上のために使われます。

(財)長野県市町村振興協会

3週間に1度

移動図書館車が巡回しています

- ・目の不自由な方にも読みやすい、大きな活字の本、絵本、紙芝居、図鑑、料理、健康に役立つ本など4,000冊を搭載して皆さまのお越しをお待ちしています。
- ・1人10冊3週間OK!
- ・しらかば号にない本は、予約を受け付けます。

初めての方でもその場でカードをお作りしますので、すぐに本を借りることができます。

| | | | | | | | | | |
|----------|----------|---|-----------------|-----------------|-------------------|------------------|-------------------|-----------------|----------------|
| 1 コース | 10/27(水) | 午 | 東 深 井 公 民 館 | 曾根公民館 | 田沢公民館 | サンライズ ホ ー ル | ダーチャ | | |
| | 11/17(水) | | | | | | | | |
| | 12/8(水) | 前 | 9:50～ 10:00 | 10:10～ 10:20 | 10:30～ 10:40 | 11:50～ 11:20 | 11:25～ 11:45 | | |
| | 1/5(木) | | | | | | | | |
| | 1/26(水) | 午 | 東町公民館 | 西宮公民館 | ハーモニック 東 部 | 和コミュニ ティーセンター | 湯楽里館 | 睦集会場 | |
| | 2/16(水) | | | | | | | | |
| 3/9(水) | 後 | | 1:30～ 1:40 | 1:50～ 2:05 | 2:15～ 2:45 | 2:55～ 3:05 | 3:15～ 3:25 | 3:35～ 4:00 | |
| 3/30(水) | | | | | | | | | |
| 2 コース | 10/13(水) | 午 | 別 府 安 楽 屋 | 聖 (糠地入口) | 赤岩新田 | 赤岩公民館 | 滋野コミュニ ティーセンター | 滋野駅前 | |
| | 11/4(水) | | | | | | | | |
| | 11/24(水) | 前 | 9:50～ 10:00 | 10:15～ 10:25 | 10:40～ 10:50 | 11:00～ 11:10 | 11:15～ 11:25 | 11:35～ 11:45 | |
| | 12/15(水) | | | | | | | | |
| | 1/12(水) | 午 | 奈 良 原 公 民 館 | 横堰公民館 | 金井公民館 | 王 子 平 公 民 館 | ケアポート みまき | 北 御 牧 保 育 園 | |
| | 2/2(水) | | | | | | | | |
| 2/23(水) | 後 | | 2:00～ 2:15 | 2:25～ 2:35 | 2:45～ 2:55 | 3:05～ 3:15 | 3:25～ 3:40 | 3:50～ 4:30 | |
| 3/16(水) | | | | | | | | | |
| 3 コース | 10/20(水) | 午 | 下八重原 公 民 館 | 白樺公民館 | 芸 術 村 憩いの家 | 中八重原 公 民 館 | 上八重原 公 民 館 | | |
| | 11/10(水) | | | | | | | | |
| | 12/1(水) | 前 | 10:00～ 10:10 | 10:20～ 10:30 | 10:40～ 10:50 | 11:00～ 11:10 | 11:20～ 11:30 | | |
| | 12/22(水) | | | | | | | | |
| | 1/19(水) | 午 | 東御市役所 北御牧庁舎 | 切久保集落 センター | デイサービス センターあぜだ | 御牧原南部 公 民 館 | 菖蒲沢団地 | 共同住宅 ふるさと | 御牧原北部 公 民 館 |
| | 2/9(水) | | | | | | | | |
| 3/2(水) | 後 | | 1:35～ 1:45 | 1:55～ 2:10 | 2:20～ 2:35 | 2:45～ 2:55 | 3:05～ 3:20 | 3:30～ 3:40 | 3:50～ 4:00 |
| 3/23(水) | | | | | | | | | |



*ご利用状況により、半年ごとに巡回ステーションの見直しを行います。
*水曜日が祝日の場合は翌日(木曜日)に巡回します。

●問い合わせ先 東御市立図書館 ☎64-5886 FAX62-1118

東御市景観を考える会 講演会

- 日 時 10月3日(日) 午前11時から
- 場 所 東御市舞台が丘会館 2階大会議室 (市役所庁舎北側)
- 講 師 山本 麗子氏 (料理研究家)
- 演 題 「山本麗子の、とうみ大好き ～東御市に移り住んで～」
- 入場料 無料

<プロフィール>

宮城県に生まれ、東京に育つ。料理が常に身近にある恵まれた環境で育ち、海外に出て、料理・お菓子づくりを学ぶ。

平成6年に東御市(旧北御牧村)の雄大な自然・美しい景色に魅かれ、住まいを移す。現在、雑誌・新聞・著書・テレビ出演などで大活躍中。

- ・信濃美術館協議委員
- ・愛媛女子短期大学客員教授



山本麗子先生が東御市(旧北御牧村)に暮らして16年。「外から見た東御市」「住んで感じた東御市」をおいしく料理してくれます。

景観を考える会で撮ったわがふるさと東御市の写真展示もあります。

入場は無料ですので、大勢の皆さんぜひお越しください。

○主催 東御市・東御市景観を考える会

●問い合わせ先 建設課 住宅係 ☎64-5882

東御市消防団員確保アドバイザー講演会

地域の消防団について、見つめる機会です。

入場は無料です。大勢の皆さん、どうぞお越しください。

日 時 9月26日(日) 午後2時30分～5時(開場:午後2時)

場 所 東御市文化会館 サンテラスホール

◎演題 「これからの消防団のあり方」

◎講師 五十嵐 幸男氏 (総務省消防庁 消防団員確保アドバイザー)

<プロフィール>

平成6年上田市消防団団長、平成12年長野県消防協会会長を歴任。平成14年から長野県消防協会参与。(財)日本消防協会福祉委員、(財)日本消防協会監事など、日本消防協会役員を歴任。総務省消防庁「新時代に即した消防団のあり方に関する検討会」委員に委嘱される。(平成13年～15年)

平成19年度より総務省消防庁の事業である「消防団員確保アドバイザー」に消防庁長官から委嘱され全国へ派遣。また多数のテレビ出演など消防団員確保対策、消防団活性化対策などに積極的な活動を行っている。

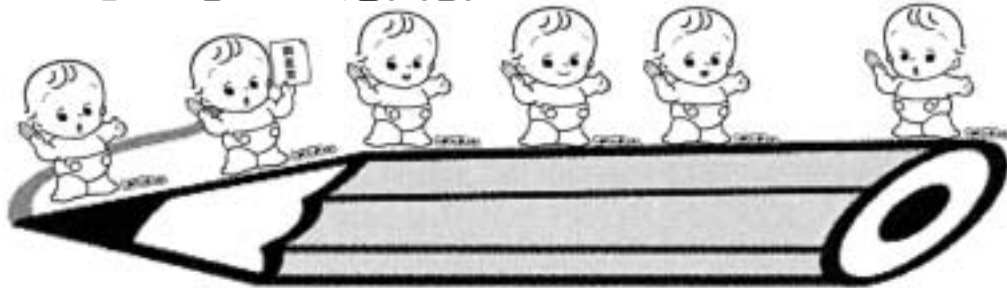
平成19年春、瑞宝単光章(叙勲)受章。

◎演題 「消防団の充実強化」

◎講師 神村 典浩氏 (総務省消防庁国民保護・防災部防災課)

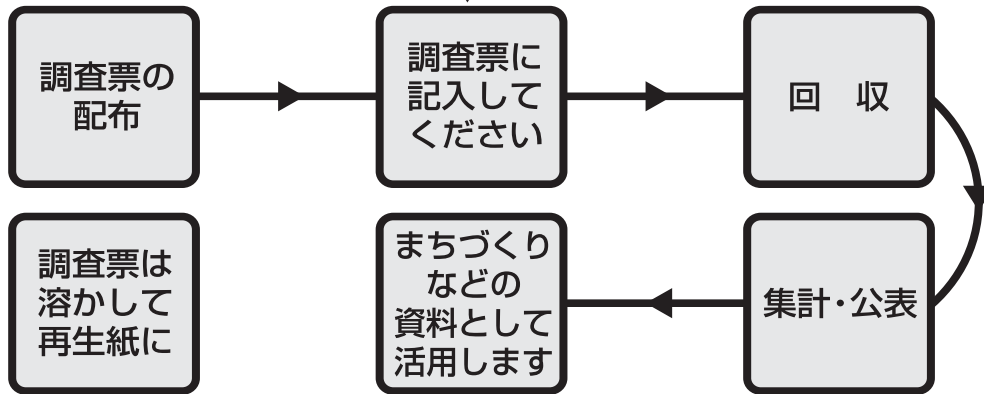
●問い合わせ先 総務課 危機管理係(東御消防署内) ☎62-0119

あなたの調査票には、日本の未来がつまっています。



封をして提出してください。

個人情報保護意識の高まりに対応し、封をして提出していただくことにしました。



★国勢調査は、平成22年10月1日現在、日本に住んでいるすべての人及び世帯が対象です。

★調査結果は、さまざまな法令に基づいて使われるほか、社会福祉、雇用対策、生活環境の整備など、私たちのより良い生活のために役立てられます。

★調査票へのご回答、よろしくお願いいたします。

●問い合わせ先 企画課 企画政策係 ☎64-5893

9月24日(清掃の日)から10月1日(浄化槽の日)までは、

環境衛生週間です

☆ゴミは正しく分別し、ルールを守って処理するとともに、減量化と再資源化に努めましょう。
→ゴミの不法投棄や野外焼却はしない、させない。

☆家庭からの雑排水を、できるだけきれいにしましょう。
→食器の油は拭き取ってから洗う。洗剤は適量で使う。ゴミは流さない。

☆下水道への接続や合併処理浄化槽の設置をすすめましょう。
→一般家庭のトイレ水洗化を支援する制度があります。ご活用ください。
・下水道接続やトイレの改造に必要な工事費用について、融資のあっせん及び利子補給
・合併処理浄化槽の設置に対する補助
※制度のお問い合わせは上下水道局下水道係 (☎64-5874) まで。

☆合併処理浄化槽は、定期的な保守点検と清掃を行い、法定検査を必ず受けましょう。

●問い合わせ先 市民課 生活環境係 ☎64-5896 / 上下水道局 下水道係 ☎64-5874



～この市報「お知らせ版」は再生紙を使用しています～

平成22年 9月16日

10月3日は「東御の日」

東御市は平成18年、市民憲章・市花・市木・市蝶を制定し、その制定日である10月3日を「東御の日」としました。

「東御の日」には、いくつかの思い・願いが込められています。

10月3日には、家族みんなで「東御の日」を実感しましょう。

- あした
 - 未来に輝くまちをつくること、それは市民憲章の願い
 - * 「東御の日」は、市民一人ひとりが市民憲章の意義を考える日です。
 - 互いの心と心の通い合い、それは未来の糧
 - * 「東御の日」は、市民が互いに理解を深め尊重する日です。
 - 家族で語ろう未来の夢
 - * 「東御の日」は、家族の語り合いの日です。

◇なお、「東御の日」には、表彰式典（市長表彰・花いっぱいコンクール・親子料理コンテスト）と記念講演会を行う予定です。

「東御の日」記念講演会

- 日時 **10月3日(日)** 午後3時から（入場無料）
- 会場 **東御市 中央公民館 3階講堂**
- 講師 なかの つねあき
中野 恒明 氏
芝浦工業大学システム理工学部環境システム学科教授
- 演題 **「古いものを大切に作るまちづくり」**

門司港周辺のレトロ事業等を手がけた中野恒明氏を招き、これからのまちづくりに必要なものは何か、まちの再整備と地域資源を活用した“まちづくり”について、都市環境デザイナーの立場から講演していただきます。ぜひご参加ください。

講師プロフィール

東京大学工学部都市工学科を卒業後、株式会社榎総合計画事務所に勤め、昭和59年（1984年）には株式会社アブル総合計画事務所を設立し、代表取締役となり、その後も、日本大学理工学部非常勤講師、東京大学工学部非常勤講師などを経て、平成17年（2005年）から芝浦工業大学システム理工学部環境システム環境システム学科教授に就かれています。

望ましい建築・まちなみ景観のあり方研究会委員、山口県景観形成懇談会委員、日本ベストパーキング賞選考委員などを歴任、門司港周辺のレトロ事業をはじめ各種保存修復事業等も手がけています。

●問い合わせ先 総務課 総務係 ☎62-1111(代表)



市からののお知らせ (こちからからは主に市役所からのお知らせ記事が掲載してあります。)