

文化会館インフォメーション
~INFORMATION~

第7回クリスマス・ピアノ・コンサート 出演者募集 スタインウェイを奏でよう
 対象: 幼児から大人までのピアノ愛好者(演奏時間はお一人7分以内、定員になり次第締切)
 申込: 東御市文化会館に備え付けの申込書を提出してください(締切11/21)
 平成22年 **12月18日(土)** 13時00分開演
 コンサート当日は、お楽しみ抽選会もあります!

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時30分 開演 14時00分

前売券	一般 3,000円 ペア 5,000円 学生 2,000円	当日券	一般 3,500円 学生 2,000円 ※ペア券は前売のみ
-----	-------------------------------------	-----	-------------------------------------

 ●学生=大学生以下

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



色彩は夢を見よ 全国巡回展 最終巻へ!
菅野圭介展

2010年10月30日(土)~2011年1月30日(日)

主催: 東御市梅野記念館、芸術新聞社、美術彫造協賛会 協賛: フライオン、清水建設、大日本印刷



思い出の曲、大好きな曲がきつと聴ける... 過去全7回の演奏曲からベストチョイスした名演奏会

私の愛する一曲コンサート・スペシャル



上原ひろ子(ピアノ)
 上原有晶、独自の活動を展開。自身も音楽のスペシャリストとして活動。CD多数。多岐なセッションに参加する一方、ソリストとしても高い評価。本年、大宮ホールでリサイタル開催。



山田百子(バイオリン)
 明治学院大学、ケルン国立音楽大学大学院卒。芸術家称号取得。10月から近現代まで幅広く活動中。ケルン大学として第19回朝日国際音楽コンクール「フレッシュアーティスト賞」。

- ・キラキラ星変奏曲(モーツァルト)
- ・エリーゼのために(ベートーヴェン)
- ・アルプスの夕映え(エステン)
- ・リベルタンゴ(ピアソラ)
- ・愛の挨拶(エルガー)
- ・愛の喜び(クライスラー) 他、多数!

12月4日(土)
 15時00分開演
 ¥2,500 要予約
 小中学生 ¥1,500
 友の会会員 ¥1,700

友の会
へぜひ!

観覧会は何回でも入場できほか、グッズ割引や市内の提携店での限定サービスも。さらにガイドや講師で自分を生き生き表現する機会も。全国に400名! 年会費その他はお気軽にお問い合わせください。

鉄くず
下さい!

子ども達と「鉄くず彫刻」を制作するため、壊れた歯磨き、歯ブラシ、工具、ネジ類、端材等、鉄くずを探しています。少量から構いませんのでご協力をお願いします。お節、合わせは下記まで(担当: 学芸員 佐藤麻史)

■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
 信州東御市
 www.umenokinen.com

水彩風景画の魅力II - 山男・晚霞が描いた山岳



関晴風 寄贈作品を一部公開しています。 2010年 12月26日(日)まで

湯野出身で丸山晚霞の内弟子として、生涯水彩画を描いた蘭晴風の貴重な作品を、昨年末、ご遺族より多数ご寄贈いただきました。誠実だったという性格そのままのような、真っ直ぐに風景を見つめた美しい風景画です。人物を描くにおいては師が舌を巻く腕前でした。日本水彩画会名誉会員となりましたが、震災による焼失で残存する作品はわずかしかなりません。再評価が望まれる作家の一人です。



Banka Museum Tomi City
丸山晚霞記念館
 信州東御市
 www.city.tomi.nagano.jp

■東御市貴田505-1 文化会館内 ☎0268-62-3700 ■9時~17時 ■200円 ■梅野記念館と相互割引可 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。)

放課後児童クラブの臨時職員を募集します

- 仕事内容 児童クラブ職員
- 募集人員 若干名
- 勤務日 指定する日（不定期）
- 勤務時間 月～金曜日：午後2時～7時の5時間勤務
土曜日・休業日：午前8時～午後6時のうち5～8時間勤務
- 勤務場所 市内の児童クラブ（田中・祢津・和・滋野）
- 応募資格 児童の保育に熱意のある方で、通勤可能な方
（教員または保育士の資格のある方が望ましい）
- 応募書類 東御市職員採用試験申込書（東部子育て支援センターへの請求または、ホームページからダウンロードしてご使用下さい。）
- 募集期間 11月16日（火）～12月10日（金）
- 採用期間 応募締め切り後に面接を行い、採用を決定します。

●応募・問い合わせ先 子育て支援センター 子育て支援係 ☎64-5814

児童扶養手当が父子家庭にも支給されます

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、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）

●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

年金の請求をお忘れではありませんか？

心当たりのある方は、お早めにご相談ください。

1. 年金の加入期間が25年未満の方へ
 - 年金の加入期間が25年未満でも、カラ期間*と合わせて25年以上あれば年金が受け取れます。
*カラ期間の例：サラリーマンの配偶者であった期間のうち、昭和61年3月までの間で国民年金に任意加入していなかった期間など
 - 生まれた年などにより、25年未満でも年金を受け取れる場合*があります。
*誕生日が昭和27年4月1日以前生まれで、厚生年金の加入期間が20年以上の場合など
2. 年金の受け取り開始を66歳以降に繰り下げている方へ
 - 70歳になっても、年金は自動的に支払われません。
 - 年金の受け取りを始めるためには、年金の請求が必要です。
3. 厚生年金の加入期間のある65歳以上の方へ
 - 「老齢厚生年金」と「老齢基礎年金」の2種類の年金が受け取れます。片方の年金だけを受け取っている方は、受け取っていない年金についても、あらためて請求を行ってください。

市民と一緒につくる 新図書館講座 ～参加者募集～

12月開催の第6・7回の講座内容をお知らせ致します。1回ごとの参加が可能ですので、お誘いあわせてお出かけください。いずれもお申し込み不要、参加費は無料です。

月 日	時 間	会 場	内 容	講 師
12月11日(土)	午後1時30分 ～3時30分	東部人権啓発センター 3階	民話と図書館 (民話と話と読み語り)	稲垣 勇一さん (塩田平民話研究会 所長)
12月18日(土)	午後1時30分 ～3時	東部人権啓発センター 3階	図書館を使って調べる (東御市の郷土史から)	寺島 隆史 (元上田市立 博物館館長)

図書館利用などについて学び、意見を出し合いながら市民協働で図書館をつくっていきましょう。

●問い合わせ先 東御市立図書館 ☎64-5886

都市施設に関する 北御牧地区懇談会を開催します

市では現在、平成20年に都市計画区域に指定された北御牧地区において、都市計画マスタープランに基づくまちづくりを行うため、地域の骨格をなす道路や公園など、整備が必要な都市施設の検討を進めています。

このたび、全体の事業説明会を兼ねて、北御牧地区の都市施設整備に関し、現在の市の考え方を説明するとともに、市民の皆さんのご意見、ご要望などを伺い、計画に反映させるため、次のとおり北御牧地区を対象とした懇談会を開催します。懇談会には、東御市にお住まいの方であればどなたでもご参加いただけますので、大勢の皆さんのご参加をお待ちしています。

●開催日時 12月8日(水) 午後7時から

●会 場 北御牧公民館

●問い合わせ先 建設課 都市計画係 ☎64-5914

○片方の年金の受け取り開始を繰り下げている方は、70歳になるまでに年金の請求を行ってください。

4. 厚生年金の加入期間のある方で、「65歳になってから年金を受け取ろう」と思っている方へ

○厚生年金の加入期間が1年以上あるなどの要件を満たす方に対して支払われる「特別支給の老齢厚生年金※」については、65歳になる前に請求しても、年金額が減らされることはありません、速やかに請求を行ってください。

※特別支給の老齢厚生年金：65歳前に受け取ることができる老齢厚生年金

5. 60歳以上で、会社にお勤めの方へ

○現在、会社にお勤めの方も、年金を受け取る資格を満たしている場合は、請求の手続きを行ってください。

○給与の額などに応じて年金の支給額の調整が行われる場合がありますが、全額停止の場合を除き、年金を受け取ることができます。

ご相談は、「小諸年金事務所」☎0267-22-1080 または、

「年金ダイヤル」 0570-05-1165 (※)までお願いします。

※IP電話・PHSからは「03-6700-1165」にお電話ください。

厚生労働省・日本年金機構



のびのびっこひろば (12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

12月15日(水)・クリスマス会☆ 中央公民館3階和室
持ち物:お皿、フォーク、スプーン、コップ

滋野のびのびっこひろば

12月14日(火)・クリスマス会準備 滋野コミュニティーセンター
12月21日(火)・クリスマス会 滋野コミュニティーセンター
持ち物:お皿、フォーク、スプーン、マグカップ(それぞれ親子の分)

祢津のびのびっこひろば

12月6日(月)・「ママ~ずのクリスマス会に参加しよう」
すくすくひろば
12月20日(月)・クリスマス会をしよう 祢津保育園

和のびのびっこひろば

12月15日(水)・ムーミンさんと歌おう&クリスマス会
和コミュニティーセンター
会費200円、申し込み制、締め切り11月16日(火)

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。

- 12月2日(木)・さくらんぼクラブ
(誕生日希望ママは予約してください)
- 12月3日(金)・田中ぼけっとひろば
(クリスマス会-田中コミュニティーセンター)
- 12月6日(月)・ママ~ずのリズム遊び、クリスマス会
(午前10時30分から)
- 12月7日(火)・滋野ぼけっとひろば
(クリスマス会-滋野コミュニティーセンター)
- 12月9日(木)・祢津ぼけっとひろば
(クリスマス会-祢津公民館)
- 12月10日(金)・和ぼけっとひろば
(クリスマス会-和コミュニティーセンター)
- 12月14日(火)・滋野ぼけっとひろば
(クリスマス会準備-滋野コミュニティーセンター)
- 12月14日(火)・育児座談会(篠原助産師)
(午前10時30分から)
- 12月16日(木)・おもちゃドクター
- 12月17日(金)・描こう!作ろう!(深町先生)
- 12月20日(月)・ママ~ずのおはなし絵本
(午前10時30分から)
- 12月21日(火)・すくすく相談日
(子育て支援センター 午後1時~3時)
- 12月21日(火)・いちご教室(歌と楽器の会)
(小山洋代先生)
- 12月22日(水)・くまさんクラブ(芹沢相談員-遊びの力)

12月の園開放のお知らせ

海野保育園 ☎62-2800
12月はありません。

くるみ幼稚園 ☎62-0164

12月11日(土) 午前10時~正午
*秋のくるみ会

(音楽会 中央公民館ホール)

12月24日(金) 午前11時~正午

*おたのしみ会
(サンタさんからプレゼントをもらおう)

田中保育園 ☎62-1602

12月9日(木) 午前9時30分~11時

*カーテンシアターを見に来てね。
(どんなおはなしかな?お楽しみに)

滋野保育園 ☎63-6468

12月10日(金) 午前9時30分~11時

*リトミック(身体表現あそび)をしましょう。

祢津保育園 ☎63-6816

(2月頃までは仮園舎で行います)

12月14日(火) 午前9時30分~11時

*好きな遊びを楽しみましょう。

和保育園 ☎63-6529

12月2日(木) 午前9時30分~11時

*室内で遊みましょう。

西部保育園 ☎63-6469

12月3日(金) 午前9時30分~11時

*園庭や室内で好きな遊びを楽しみましょう。

東保育園 ☎62-3291

12月7日(火) 午前9時30分~11時

*小麦粘土で遊みましょう。

北御牧保育園 ☎67-2093

12月14日(火) 午前9時30分~11時

*リトミックを一緒にしましょう。

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10時~11時30分です。

- 12月1日(水)・ふれあい広場(上田いずみ園)
- 12月8日(水)・わんぱくピクス(中村講師)
- 12月15日(水)・0歳児のママ広場
- 12月16日(木)・北御牧ぼけっとひろば
(クリスマス会-北御牧子育て支援センター)
- 12月22日(水)・おもちゃドクター



図書館だより

新着本案内



▶ 一般書

- 女性の幸福 仕事編 坂東 眞理子・著
- 面白いほどよくわかる日本経済 福住 多一・編
- 写真でわかるきもの用語辞典 森 荷葉・監
- 女性に贈る運転上手へのコツ 片山 右京・著
- 高齢者のための筋力トレーニング 鈴木 正之・著
- 知れば知るほどおいしく飲める コーヒー事典 藤田 政雄・監
- 信州てくてくおいしいもの探訪 伊藤 まさこ・著
- はじめての食育420日 毎日おいしい離乳食 祐成 双葉・著
- スクエア型ひとつで作るさくさくお菓子と しっとりケーキ 福岡 直子・著
- マリアビートル 伊坂 幸太郎・著
- 寝ても覚めても 柴崎 友香・著
- 京都鬼だより 梅原 猛・著
- 往復書簡 湊 かなえ・著
- キリン 山田 悠介・著
- 陽だまりの時間 大平 光代・著

▶ 児童書

- 目で見ると体育がどんどん上達する本 高畑 好秀・作
- もじもじさんのことば劇場 オノマトペの巻 西村 敏雄・作
- なんでも魔女商会⑮ 85パーセントの黒猫 あんびる やすこ・作
- 未来マシーンによろこそ 小倉 明・篠宮 正樹・作
- 風よ！カナの島へ 森 夏月・作
- はれときどきあまのじゃく 矢玉 四郎・作
- くじらの歌 ウーリー・オルレブ・作
- 星が導く旅のはてに スーザン・フレチャー・作
- あいうえおにぎり いたう ひろし・絵
- ぼくはことり エマ・ド・ウト・絵
- りんごちゃんとビートルカード 酒井 絹恵・絵
- はらぺことのみつきおか ゆみこ・作
- こぶたのぼんくん 西村 敏雄・作
- おおきくおおきくなりなりたい アナベラ・ハートマン・作
- ジム・ボタンのたびだち マティアス・ヴェーバー・絵

●問い合わせ先 東御市立図書館 ☎64-5886

とうみチャンネル 11月18日～12月3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。

11月18日	(木)	日本三大奇祭 吉田の火祭り (再) ～400年の歴史を今に伝える～ (制作：CATV富士五湖)	26日	(金)	Weekly! ウィークリーとうみ ～東御市内の話題～
19日	(金)	Weekly! ウィークリーとうみ ～東御市内の話題～	27日	(土)	平成22年度 北御牧小学校音楽会
20日	(土)	2010火のアートフェスティバル ～火と水と人々の出会い～	28日	(日)	平成22年度 祢津小学校音楽会
21日	(日)	2010火のアートフェスティバル ～野外ステージ「火と水の宴」(前編)～	29日	(月)	平成22年度 滋野小学校音楽会
22日	(月)	2010火のアートフェスティバル ～野外ステージ「火と水の宴」(後編)～	30日	(火)	平成22年度 東御市成人式 (再)
23日	(火)	第4回音楽部会発表会inサンテラス ～前半～	12月1日	(水)	滋野公民館「ふれあいコンサート」(再)
24日	(水)	第4回音楽部会発表会inサンテラス ～後半～	2日	(木)	第7回 東御市水泳大会 (再)
25日	(木)	北御牧地区夏まつり「みまきニュードカンコ」(再)	3日	(金)	Weekly! ウィークリーとうみ ～東御市内の話題～

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。

	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。

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
11月17日(水)	10か月児健診	平成22年1月生まれの人	12月14日(火)	3歳児健診	平成19年10月生まれの人
24日(水)	1歳6か月児健診	平成21年5月生まれの人	15日(水)	10か月児健診	平成22年2月生まれの人
26日(金)	2歳児歯科健診	平成20年9月生まれの人	16日(木)	2歳児歯科健診	平成20年10月生まれの人
30日(火)	4か月児健診	平成22年7月生まれの人	21日(火)	4か月児健診	平成22年8月生まれの人
			22日(水)	1歳6か月児健診	平成21年6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	12/9(木)	<ul style="list-style-type: none"> ・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か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	通 年	<ul style="list-style-type: none"> ・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	通 年	<ul style="list-style-type: none"> ・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	通 年	<ul style="list-style-type: none"> ・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。

●インフルエンザ予防接種 (年内に接種を済ませましょう)

- ①対象者：1歳以上の市民 ②接種回数：13歳未満は2回。13歳以上は1回。
- 接種料金：1回接種上限3,600円。65歳以上の方は、自己負担1,000円。ただし、無料券が届いている方は、下記の市内医療機関にて接種してください。
- 接種方法：①接種希望の方は、医療機関に予約する。
②持ち物(健康保険証、接種料金、65歳以上の方は予診票)を持参し接種を受ける。

●個別予防接種実施医療機関 (☐は日本脳炎は行っていません)

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 12月10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4月生まれ
- ・持 ち 物 母子手帳、食食用エプロン
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。
12月21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 12月13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 12月15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 11月22日(月)、12月13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13日(月) 午前10時から
 - ・と ころ 総合福祉センター 2階
- *家族が安心して話しができる場です。いつでもご参加ください。

◇◇◇健(検)診を受けましょう◇◇◇

○40～74歳の方 特定健診は受けましたか？

- 問い合わせ先 ○東御市国民健康保険加入の方 → 健康増進係へ
今年度の市内個別健診は平成23年1月末日までです。
- 上記以外の方 → 加入している医療保険者へ

○各種がん検診によっては、まだ受診可能です。

- 【受診可能ながん検診】 大腸がん(便潜血反応検査)、胃がん(バリウム検査)
婦人科(子宮頸がん)、乳がん

今年度の各種がん検診は、平成23年1月末日までです。

- 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

⊕ 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。

- 11月 21日 柵津診療所 ☎62-0273 東町
- 28日 春原整形外科クリニック ☎64-6200 常田
- 12月 5日 みまき温泉診療所 ☎61-6002 布下
- 12日 中島医院 ☎67-2777 大日向
- 19日 東御記念セントラルクリニック ☎62-1231 梶
- 26日 ほしやま内科 ☎62-3115 常田

休日歯科当番表

(診療時間は午前9時から午後3時まで)

- 11月 21日 ハートフル歯科医院 ☎28-8727 上田市中之条
- 23日 井出歯科医院 ☎22-3523 上田市常磐城
- 28日 佐藤歯科医院 ☎22-0871 上田市中央
- 12月 5日 ながと歯科診療所 ☎68-0010 長和町古町
- 12日 ア歯科診療所 ☎42-5233 上田市長瀬
- 19日 斉藤歯科医院 ☎71-0648 上田市材木町
- 23日 小田中歯科医院 ☎24-8130 上田市天神
- 26日 南里歯科医院 ☎64-4070 東御市海善寺
- 29日 馬場歯科医院 ☎22-1337 上田市中央
- 滝澤歯科医院 ☎38-2567 上田市新町
- 30日 なごみ歯科 ☎71-5753 上田市保野
- くるみ歯科クリニック ☎64-6400 東御市大石
- 31日 マツオ歯科 ☎28-8777 上田市常田
- 中村歯科医院 ☎42-2669 上田市生田

※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

事業者の皆様へ 長野県と県内すべての市町村からのお知らせです

個人住民税の 特別徴収の実施について

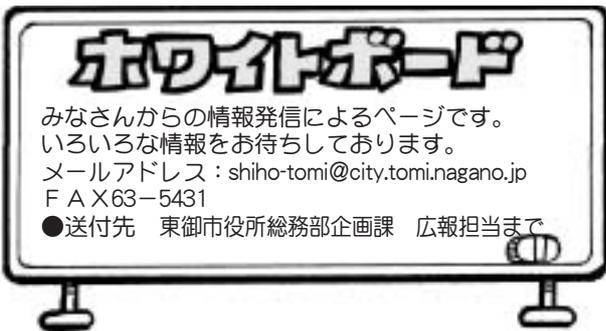
■個人住民税の特別徴収とは

事業者（給与支払者）が、所得税の源泉徴収と同様に、個人住民税の納税義務者である従業員に代わって、毎月従業員の給与から個人住民税（市町村税・県民税）を特別徴収（天引き）し、従業員の住所地の市町村へ納入していただく制度で、法定義務となっています。

地方税法第321条の4及び各市町村の条例の規定により、給与を支払う事業者はすべて、原則として特別徴収義務者として、個人住民税を特別徴収していただく義務があります。

■特別徴収の事務は

毎年5月に市町村から事業者（特別徴収義務者）あてに「特別徴収決定通知書」を送付しますので、その税額を毎月の給料から特別徴収し、翌月10日までに合計税額を各従業員の住所地へ納入していただきます。



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

勤労感謝の日 司法書士による 「全国一斉労働トラブル110番」実施のお知らせ

長野県司法書士会では、「勤労感謝の日」に向けて、働く人々が抱える職場内や会社とのトラブルに関する無料電話相談会を実施いたします。

なお、相談料は無料で、予約はいりません。

- 開催日時／11月23日(火) 午後1時～5時
- 相談電話番号／☎026-232-7499
(専用電話にて相談を受け付けます。)
- 相談内容(例)／
 - ・会社が赤字なのか、給料の支払いが遅れている
 - ・残業手当を支払ってもらえない
 - ・社長から突然、明日から来なくていいと言われた
 - ・賃金が3ヶ月も支払われていない

- ・ノルマが達成できなかったとの理由で、ペナルティーとして罰金の支払いを強要された
 - ・会社から金を借りた旨の契約を強要され、支払いを求められている
 - ・店長なのに、部下よりも給料が低い等
- 問い合わせ先／
長野県司法書士会 司法書士総合相談センター
☎026-232-7492

民事暴力に関する困りごと 「無料巡回相談所」開設

暴力団等に関する困りごとをセンター顧問弁護士と職員が無料で相談に応じます。

ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。

- 日程・会場／12月6日(木)
上田市役所南庁舎6階 「真田の間」
- 開設時間／午後1時～4時
- 予約受付・問い合わせ先／
(財)長野県暴力追放県民センター ☎026-235-2140

多重債務者無料相談会のお知らせ

借金問題で、ひとりで悩んでいませんか。
弁護士や司法書士などが直接ご相談に応じ、解決方法をアドバイスします。
きちんとした手続きをとれば必ず解決できますので、この機会にぜひ、ご相談ください。



県民共済グループは
生命保険部門
アフターサービス
満足度
1位
「自殺シナシス」2010年7月28日号
「2010年版 アフターサービス
満足度ランキング」

小さな掛金で 大きな保障を

営利を目的としない助けあいの制度

- ① 共済金を真つ先に
何よりも共済金。お支払いを最優先にしています。
- ② コストは抑えて
経費を必要最小限にするため、低コストの運営に徹しています。
- ③ 剰余金は割り戻し
剰余金は割戻金としてご加入者へ公平にお戻ししています。

昨年度もムダなく健全に!
右図：県民共済グループの収支状況
※(株)県民共済(株)の収支状況
※(株)県民共済(株)の収支状況

掛金還元率…82%
この部分をご加入者へ還元されます

長野県民共済

共済取組団体/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 全国生活同協同組合連合会 <http://www.kyosai-cc.or.jp/>

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

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/> 携帯サイトのバーコード

〈広告欄〉

特別徴収の方法による納税のしくみ



★従業員にとって便利な制度

- これまで納付書により年4回納めていた従業員の方については、
- ・事業者が納税するため、納税の手間が省ける、納め忘れがなくなる。
 - ・年12回の納税になるため、1回あたりの負担が少なくてすむ。

事業者（給与支払者）の皆様におかれましては、
法令に基づく適正な特別徴収の実施を早期にお願いします。

●問い合わせ先 税務課 住民税係 ☎64-5877

- 日時／12月10日(金) 午前10時～午後5時
- 相談会場／上田消費生活センター（上田市材木町1-2-6）
- 面接相談／予約制になります。下記まで電話でお申し込みください。
- 予約受付期間／11月29日(月)～12月9日(木)
- 予約・問い合わせ先／上田消費生活センター
☎27-8517

あすなるの会東信からご案内

大切な人を突然失ったというつらく苦しい気持ちを語りあい、支え合っている場として今年度も継続して開催することとなりました。

同じような体験を持つ仲間の中で、安心して気持ちを開くことによって心が癒されていきます。どうぞご参加ください。

- 日時／12月18日(土)
午後1時30分～3時30分（受付：午後1時）
- 内容／自死遺族方の分かち合い
- 会場／佐久市
（参加申し込みされた方に会場を案内します）
- 費用／100円（お茶代等）
- 参加対象者／家族を自死でなくされた方
（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。
- 申し込み・問い合わせ先／

長野県精神保健福祉センター ☎026-227-1810
上田保健福祉事務所健康づくり支援課 ☎25-7149
佐久保健福祉事務所健康づくり支援課
☎0267-63-3164

～相続又は贈与等に係る生命保険契約や損害保険契約等に基づく年金の税務上の取扱いの変更について～

この度、遺族の方が年金として受給する生命保険金のうち、相続税の課税対象となった部分については、所得税の課税対象にならないとする最高裁判所の判決がありました。

これにより、平成17年分から21年分までの各年分について所得税が納めすぎとなっている方については、その納めすぎとなっている所得税が還付となります。

お手数をお掛けしますが、必要な手続き（更正の請求又は確定申告など）をしていただきますようお願いいたします。

※平成17年分について、早い方は平成22年12月末が還付できる期限となりますので、お早目の手続きをお願いします。

※受け取られた年金の受給権が相続税や贈与税の課税対象となる場合は、実際に相続税や贈与税の納税額が生じなかった方も対象となります。

- 問い合わせ先／上田税務署 個人課税部門
☎22-1234（自動音声案内）
国税庁ホームページ【www.nta.go.jp】

サンピアン上田ピアノ工房

ピアノの調律

ピアノの修理

- 外装クリーニング ●外装塗装
- 鍵盤修理 ●フレンジコード貼り替え
- ピアノ線の張り替え 他

- ◆調律・修理には、スタインウェイアカデミー認定技術者が担当いたします。
- ◆適正な価格でピアノの調律・部分修理・オーバーホール修理を行なっています。（他業者によっては、高い金額を請求される場合もございますので、ご相談ください。）

ピアノの買い取り

ピアノの移動

ピアノへの消音ユニット取付



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

上田市常盤城5-1-14

☎0120-147748 mail ueda@sunpian.com

TEL.0268-22-7748

介護予防セミナー（第三弾 からだ編） —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 「いかに若く生きるか！」
講師：ささき医院 佐々木 亮三 先生
- 午後 2 時30分から 講話 「若返りストレッチング」
講師：身体教育医学研究所所員

【開催日及び開催場所】

日	時	場 所
12月7日(火)	午後 1 時30分～	祢津公民館
12月8日(水)	午後 1 時30分～	和コミュニティーセンター
12月14日(火)	午後 1 時30分～	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

第2回星空観望会開催

今宵の空には、秋の星座がいっぱいに広がっています。夏の大三角は西空低く、また東の空には早くも冬の星座が昇ってきています。

秋の星空の1等星はたった1つで寂しい感じがしますが、その中で、頭上にははっきりした四辺形の「ペガスス座」が目にとまります。この四辺形は秋の星座を探す目印になっています。

ギリシャ神話の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てみましょう。

- ☆日 時 12月4日(土) 午後7時～8時
- ☆会 場 和コミュニティーセンター、及び周辺
- ☆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。(送迎のみも可)
- ※この観望会は参加申し込みの必要はありません。



●問い合わせ先 和コミュニティーセンター ☎62-0201(火・木の午後を除く平日)

ご注意ください！

オフトーク通信をご利用の皆さんへ

オフトーク通信放送は、NTT東日本のアナログ電話回線によりご利用いただいております。次のような場合はご利用ができなくなります。申し訳ありませんが、下記へご連絡いただき、手続きをしていただくようお願いいたします。

- ☆電話会社の変更
- ☆光回線への変更
- ☆オフトーク通信の受信をやめる

●問い合わせ先 企画課 秘書広報係 ☎64-5806

ご家庭等で

くうているい

偶蹄類を飼養されている皆さまへ

今春、宮崎県において家畜伝染病口蹄疫が猛威をふるい、畜産業のみならず、市民生活に多大な影響を及ぼしました。

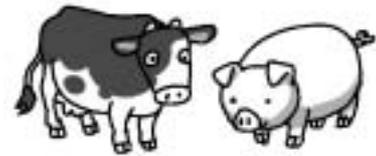
口蹄疫は偶蹄類に感染する病気です。近年の愛玩動物の多様化によりミニ豚等の偶蹄類を飼養する一般家庭が増えており、口蹄疫の感染リスクが高まっています。

そこで、長野県及び市では口蹄疫に対する防疫対策の徹底を図るため、市内の一般のご家庭等で偶蹄類を飼養されている方々の把握を進めています。該当される方は、市役所農林課農政係または長野県佐久家畜保健衛生所上田支所まで、ご連絡をお願いします。

また、口蹄疫に関してご相談やご不明な点等がありましたら、お問い合わせください。

●対象者

市内で牛、豚（ミニ豚）、山羊、羊、鹿、猪等の偶蹄類を飼養されている一般家庭等



●連絡・問い合わせ先 農林課 農政係

☎64-5894

長野県佐久家畜保健衛生所上田支所 ☎23-1630

「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、以下のとおり開催します。

★日 時：11月29日(月) 午前10時から正午まで

★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

★募集組数：5組

★時 間：1組15分程度

★予約受付：事前予約／11月26日（金）までに下記へご連絡ください。

当日受付／午前8時30分から午前11時まで（ただし、事前予約の方を優先します）

★その他：（1）募集者数は変更することがあります。

（2）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。

●事前予約・問い合わせ先 企画課 企画政策係 ☎64-5893

東御市文化協会～各部会・所属グループからのお知らせです～

第7回 東御市合唱祭

●日 時 12月4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 無料

●出場団体 市内合唱団体、くるみ児童合唱団
東部中学校合唱部

●問い合わせ先 東御市合唱部会 事務局(坂口)

☎・FAX62-4425





～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11月16日

12月4日～10日は人権週間です

12月10日の「世界人権デー」（世界人権宣言が採択された日）にあわせて、12月4日（土）から10日（金）までを「第62回人権週間」とし、人権意識の高揚を図ってまいります。

平成22年度 啓発活動重点目標 「みんなで築こう人権の世紀」 —考えよう相手の気持ち・育てよう思いやりの心—

人権作品展

市内幼稚園・保育園・小中学校・企業からお寄せいただいた、仲良し・人権に関わるポスター、標語作品を展示します。

- とき 11月24日（水）～
12月12日（日）
- ところ 中央公民館2階ロビー

人権作文紹介

市内の小中学生が書いた「人権」をテーマにした作文を、オフトーク通信と有線放送の定時のお知らせの中で紹介します。

人権相談所の開設

「人権週間」の行事の一環として、人権擁護委員による人権相談所が開設されます。

相談は無料です。お気軽にご相談ください。

- 12月4日（土）午前10時～正午
中央公民館2階学習室
（相談を希望される方は、時間内に会場までお越しください。）
- *以下の相談所は「よろず相談」とあわせて開設されます。
（受付時間：午前8時45分～10時30分）
- 11月19日（金）午前9時～11時
東部人権啓発センター
- 12月17日（金）午前9時～11時
東部人権啓発センター

「東御市人権尊重のまちづくり市民の集い」を開催します。

市では「東御市人権尊重のまちづくり条例」を制定し、部落差別をはじめとするあらゆる差別の撤廃と人権の擁護を図るための取り組みをしています。今回は人権週間にあわせて、「第6回東御市人権尊重のまちづくり市民の集い」を開催します。

差別のない明るいまちをつくるため、皆さんの参加をおまちしています。

- とき：12月4日（土）午後1時30分～3時40分
- ところ：東御市中央公民館 講堂
- 内容：講演、人権啓発優秀作品（掲示用）表彰式
- ☆講演 「伝承芸能 猿舞座講演」

- うたと講演「いのちみつめて うたをこぼせ」
..... 「猿舞座」座長 村崎 修二
- 口上..... 「浅草雑芸団」団長 上島 敏昭
- 猿まわし..... 「猿舞座」 村崎 耕平
夏水

主催：東御市・東御市教育委員会・東御市人権尊重のまちづくり審議会
上田・佐久地域人権啓発活動ネットワーク協議会
協力：上田人権擁護委員協議会東御市支会

●問い合わせ先 東部人権啓発センター ☎64-5902

市からのお知らせ（こち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。）

