

- 東御市男女共同参画推進条例が施行されました・・・2～3
- 市政への提言「私のひとこと」・・・・・・・・・・4～5



青い空、白い雪。
冬を満喫！

田中小そり教室（湯の丸スキー場）

一人ひとりが輝いて生きるために
『東御市男女共同参画推進条例』が制定されました

市では、男女共同参画を推進するため「東御市男女共同参画推進条例」を、平成21年12月21日に施行しました。

「東御市男女共同参画推進に関する条例策定懇話会」から提出された素案をもとに、地区懇談会やパブリックコメント等で市民の皆さんからいただいた意見を踏まえ、行政として更に検討し、昨年12月に開催された市議会第4回例会会で可決されました。

この条例は、男女共同参画社会の実現に向けて目指す方向を共有し、市をはじめ、市民、地域団体、事業者、教育関係者があらゆる場で推進活動を実践していくためのものです。

男女共同参画社会とは、一人ひとりがお互いを認め合い、自分自身の意志によって、個性と能力を発揮し、支え合うことができる社会です。

東御市男女共同参画推進条例のしくみ

8つの基本的な考え方 (左ページ参照)

それぞれの立場で果たすべき役割

市民の皆さんは…

- 男女共同参画を理解し、積極的に推進
- 男女共同参画推進施策に協力

市は…

- 男女共同参画の推進に関する施策の策定と実施
- 国や県、市民、地域団体、事業者及び教育関係者との協働
- 自らが積極的改善措置を推進

地域団体の皆さんは…

- 固定的な役割分担の解消に努める
- 男女共同参画の体制と働きやすい環境づくりに努める
- 男女共同参画推進施策に協力

事業者の皆さんは…

- 男女共同参画の体制と、仕事と家庭とを両立できる環境づくりに努める
- 男女共同参画推進施策に協力

教育関係者の皆さんは…

- 男女共同参画推進に対する教育の役割の重要性を理解して教育を行うよう努める

男女共同参画の推進を阻害する行為の制限

性別による人権侵害の禁止等

- 性別による差別的取扱い
- 男女間の暴力的行為
- 性的嫌がらせ

公衆に表示する情報の配慮

- 性別による固定的役割分担及び男女間の暴力的行為を助長し連想させる表現
- 過度な性的表現

施策の基本

男女共同参画計画の策定、積極的改善措置、実施状況等の公表、調査研究、苦情及び相談への対応、市民団体等の自主的な活動への支援、推進体制の整備

『東御市男女共同参画審議会』の設置

…男女共同参画推進に関する重要事項の調査や審議を行います

男女共同参画を進める8つの基本的な考え方

「参画」とは、単に仲間に加わる「参加」と違い企画や計画の段階から意思決定の場に関わること。

男女の人権を大切にしましょう

男女がそれぞれの能力を発揮して、自分の存在に誇りを持ち、性別による差別的取扱いや男女間の暴力を許さない社会にしましょう。

男女共同参画の妨げになる社会の制度または慣行を見直しましょう

社会で何か活動を始めようとした時、今までの習慣にしばられて「あなたは女だから」とある方向に誘導したり、「それはいつも男性がしている」と、活動を制限することを見直しましょう。

男女共同参画について理解を深めましょう

男女共同参画を考えると、社会のあらゆる場面に係わりのあることがわかります。正しく男女共同参画を理解し進めていくためには、子どもはもちろん大人も、学校はもちろん塾、公民館の講座などにおいても、男女共同参画の考え方で学習しましょう。

家庭において、男女共同参画を進めましょう

子育て、介護、食事の用意等の家事を、女性の仕事と決めつけず家族みんなで協力しましょう。高額な買い物や重要な決定等も、家族みんなで話し合っ決めていきましょう。

大事な方針を考え決める場に、男女で参画しましょう

市の審議会や委員会の委員等、政策を決定する場に男女で参加しましょう。各区においても、男女で関わり暮らしやすい地域社会にしましょう。

家庭生活と仕事・地域活動等と両立できる社会にしましょう

男女が共に働く、あるいは地域活動に参加する等社会のあらゆる活動に参画していくためには、家族が協力し合うとともに、職場や地域社会、市の支援を受けながら、家庭生活と他の活動との両立を図りましょう。

母性を大事にし、男女共に健康な生活を送りましょう

母性を保護し、産休や育休制度の整備や休業取得後の復帰可能な体制を整備しましょう。子育てを支援し、男女共に健やかで健康的な生活が営めるようにしましょう。

国際社会の動向を理解しましょう

国際交流の進んだ現代社会における男女共同参画推進の取り組みは、単に市内の状況のみを考えて進められるものではありません。県内の状況や国内の状況、世界情勢にも目を向けて進めましょう。

女性が重要な意思決定の場に参画しているかどうかの指標では、日本は低い数値となっています。

●問い合わせ先 生涯学習課男女共生係 ☎64-5906



▲懇談会のようす（北御牧地区）

男女共同参画まちづくり地区懇談会を開催しました

東海市男女共同参画推進会議（市民会議）による地区懇談会を、北御牧地区（9月12日）、和地区（10月17日）、北御牧地区（11月28日）にそれぞれの地区公民館で開催し、延べ220人の参加をいただきました。

市男女共同参画プラン推進委員会が製作したパネルにより寸劇の発表の後、それぞれの区の実情や地域の役割に係わって感じたことなど、熱心な話し合いが行われました。

市政への提言 「私のひとこと」

市民の皆さんに東御市をより身近に感じていただき、市民と行政の協働のまちづくりをさらに進めるため、昨年11月に市政への提言「私のひとこと」を実施しました。

今回いただいた提言は40件で、ここではその一部を紹介いたします。寄せられた提言は、今後の市政に反映していきます。

東御市の 観光地について

福島県の大内宿おうちすくのような観光地化はできないのでしょうか。

【お答えします】

市内には、福島県大内宿と類似する重要伝統的建造物群保存地区の海野宿があります。しかし、①地区全体が住宅地である、②生活の糧が観光以外で賄われ十分生活ができる地域である、③観光業に従事する人が地区内にほとんどいない、など相違点も多くあります。

観光地はそれぞれ環境が異なります。地形、主要道路からの距離など立地の違いや、観光素材の特性、訪れる観光客の来訪目的など、様々な諸事情・歴史があつて現在があります。

海野宿につきましては、地域の将来像をその地域に住む人が主体となり行政と知恵を出し合い、そこにはかないオンリーワン素材を磨きあげ、生活する人も共存できる観光地づくりを探っていきたいと考えています。

田中商店街について

田中商店街にもっと若い人を呼べる施設をつくる必要性があるのではないかな。

【お答えします】

市では、第1次東御市総合計画後期基本計画を策定し、市が目指す基本理念である「さわやかな風と出会いの元気発信都市」を実践する施策として商店街の賑わいづくりなど商店街の魅力づくりの支援を掲げています。

現在は、具体的な計画はありませんが、田中商店街の「田中商店街協同組合」や地域総合経済団体として「東御市商工会」などの団体と連携をとりながら「市民まつり」をはじめとしたさまざまなイベントを行って活性化の支援を図っています。これら、事業者の皆さんから要望等があつた場合は、必要に応じ検討、支援をしたいと考えています。



▲踊り連の熱気に包まれる田中商店街（市民まつり）

「医療費のお知らせ」について

必要な医療を受けているだけなの

に、世帯主あてに医療費の一覧表が届きますが、通知の趣旨やねらいはどこにあるのですか。

【お答えします】

東御市国民健康保険の保険者である市では、被保険者の方に健康に対する認識を深めていただき、ひいては国民健康保険事業の健全運営に資することをねらいとして通知しています。

通知することで生活習慣を見直し、病気の予防を心掛けるなど健康づくりの意識を高めていただくとともに、重複受診などを避けていただくというねらいがあります。

また、通知内容が実際の受診と違っている場合には、医療機関等の請求誤りが見つかる場合もあります。したがって、医療費のお知らせをすることで、健康づくりの意識啓発と医療費の適正化につながっていくものと考えています。

市民病院の 診療時間について

土曜日半日は開院して欲しい。緊急の場合は土、日の夜でも診察してもらえないでしょうか。

【お答えします】

現在、毎月第1、第3土曜日の午前中は通常診療を行っています。その他の土曜日は、一般診療は休診となっていますが、緊急患者様につき

ましては土曜日や日曜日、夜間でも診察を行っています。

休診日においては、医師1名の体制となっておりますので、特に夜間の場合は、予め電話にて病状等をお知らせいただき、医師の判断により適切な処置や指示を行うように努めています。

月ごとの診察予定表は、病院のホームページに掲載していますのでご確認ください。



▲休診日の受付の様子

シニアスポーツの促進について

シニア世代の健康のため、運動ができる機会やチームづくりの取り組みをお願いしたい。

【お答えします】

市では、東御中央公園や北御牧の体育施設を拠点として、スポーツを通して健康づくりや仲間づくりに取

り組み、生涯スポーツのまちづくりを推進しています。

シニア世代のチームづくりにつきましては、今後、市体育協会傘下の各単位協会と連携を図り、ねんりんピック（全国健康福祉祭。60歳以上の高齢者を中心とするスポーツ、文化、健康と福祉の祭典）等に参加できるチームの育成に取り組んでいきたいと考えています。

「婚活」について

市を挙げて婚活の後押しをしてほしい。

【お答えします】

市では、社会福祉協議会が行う、結婚相談事業に対して補助金を交付し支援しています。

昨今の社会情勢により、民間の結婚相談所やJAによる結婚支援も活発になりつつあるなか、最近では、社団法人長野県法人会連合会や長野商工会議所が結婚支援センターを設置し、県内経済界からも結婚を支援するサービスが始まりました。

このような中、市といたしましては、公的団体等が行う結婚支援事業について、広報等により積極的に支援していきたいと考えています。また、行政としてどのようなことが出来るかにつきましても検討していきます。

障害者作業所の基本料金について

障害者の働く意欲を高めるために、基本料金は市で負担するなど考えていただきたい。

【お答えします】

障害者支援施設は、一般の会社で働くための就労支援を行うための環境整備や働く意欲を高めるための様々な仕事の体験など、障害者自立支援法のような福祉サービスの利用を前提に置いています。障害者自立支援法では自己負担金が定められており、サービス利用と負担の公平性から平成21年10月より利用料金を設定しました。

こうした施設でのサービス内容により、働くための意欲を高めること



▲精力的に仕事が行なわれています

や本人の希望に合った仕事を見つけたら、支援ができると考えています。

皆さんの声を

聞かせてください

市では、日ごろ市民の皆さんが市政に対して感じていることや、地域の改善事項等を提案いただき、住みよいまちづくりに反映できるように市民の皆さんの声をお聞きする、広聴活動を実施しています。

市政への提言「私のひとこと」は毎年6月・11月に行っています。また、ふれあい市長室は5月、8月、11月、2月の年4回市役所本庁舎の市長室で開催しています。いずれも、市報お知らせ版等によりお知らせしますので、皆さんの声をお寄せください。

また、6月下旬（予定）には「まちづくり懇談会」を各地区公民館等で開催します。どなたでも参加できますので、お気軽にご参加ください。

●問い合わせ先 企画課企画調整係

☎64-5893



“携帯電話に関 親と

ケータイの「危険性」

子どもたちが遭っているトラブルは、命に関わる危険性にも繋がっています

問 どんなトラブルに遭ったか

回答：中2生徒

⑥携帯カメラ撮影 → 盗撮
ケータイのカメラは操作が簡単のため、無断で人を撮ったり、それをメールに添付したり、ネット上で公開したり、肖像権や人権を侵害する事件が多数発生しています。

⑤出会い系 → 性犯罪
ネットで知り合った人と実際に会い、誘拐されたり、性被害に遭ったり、暴力を受けたりする事件が後を絶ちません。県内でも児童買春、強盗致傷の事件が発生しています。

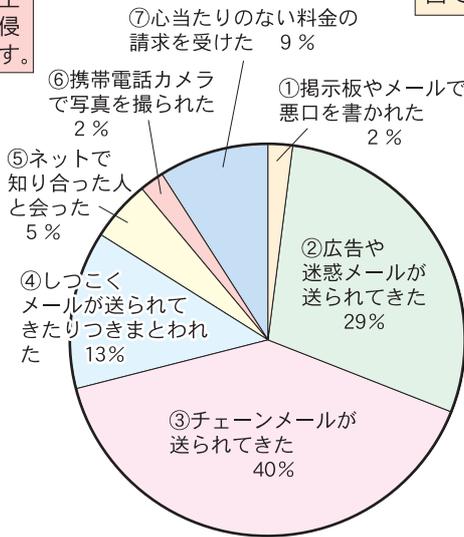
④つきまとい → ストーカー
メールは操作が簡単で相手の顔が見えないため、相手の気持ちを考えずに何度もメールしたりつきまといたりする人がいます。ストーカーに発展する事件も起きています。

⑦不当請求 → 詐欺
心当たりのないところから高額な請求を送る悪質な詐欺行為です。

①誹謗(ひぼう)・中傷 → 名誉毀損
ケータイのサイトや掲示板、メールで他人の悪口を書く人がいます。いじめに発展し学校へ行けなくなったり、自殺に追い込まれる事件も全国で起きています。

②迷惑メール → 個人情報の流出
自分のメールアドレスが知らないうちに流出し、アダルトサイトの広告や出会い系サイトの迷惑メールなどが送られてきます。

③チェーンメール → いたずら
テレビ番組や募金、人助けなどを装い、複数人に送ることを課すメールで、メールを止めると高額請求や危険をほのめかすいたずらメールです。



出前講座の開催やDVDの貸出しを行っています

市では、ケータイ・インターネットについての出前講座も行っていきます。DVDだけの貸し出しも行っていきます。文科省作成「ちよっと待つてケータイ」、子どもとメディア作成（清川輝基氏監修）「メディア漬けが子どもを蝕む」のふたつのDVDを使って講義します。

学校や地区、区、PTA、育成会、各種団体などに出向

●問い合わせ先
生涯学習課青少年係
☎6415885

「ケータイさえあれば子どもと連絡がとれるから」と安易にケータイを持たせることはやめましょう。判断力やリテラシーが高まるまで、小中学生の間は、ケータイを持たないで、親子で学習を深め、生身のコミュニケーションを大切にしましょう。

●ネットリテラシーとは、インターネットの情報を読み書き、活用する力

子ども任せにしない！
子どもを守る最終責任者は保護者です！

大人でもトラブルに巻き込まれてしまうケータイ・インターネットの世界で、小中学生が安全に過ごせるでしょうか。安全に使えるようになるためには、車の運転と同様に、十分な学習と実習が必要です。子どもの方が得意だからと子ども任せでは、子どもを守ることはできません。ケータイ・インターネットの世界には、悪意のある大人がいて、子どもたちの集まるサイトに潜入していることもあります。言葉巧みな大人の罠、子ども同士の無防備なコミュニケーションの中で安全に過ごすには、正しい情報、有害な情報を見極める判断力や「ネットリテラシー」が必要です。

地域コミュニティの発展を目指して 『宝くじ助成事業』を行っています

宝くじ助成事業は、宝くじの普及や広報を目的に、宝くじの受託事業収入を財源として、(財)自治総合センターと(財)長野県市町村振興協会が実施する事業です。

この事業は、住民が自主的に行うコミュニティ活動の促進を図り、地域の連帯感に基づく自治意識を盛り上げることを目指すもので、地域でコミュニティ事業を行う団体（区、自治会等）を対象に、活動に必要な施設・設備・備品等の整備を助成する制度です。

平成21年度、東御市では、新屋区、西宮区、田沢区において、(財)長野県市町村振興協会から宝くじ助成(コミュニティ助成)を受け備品を整備しました。

宝くじ助成事業により整備した主な備品

新屋区

祭礼用山車、長胴太鼓、平太鼓、法被、テントなど



西宮区

和太鼓、法被、黒腹掛け、のぼり旗など



田沢区

法被、手拭い、テント、メガホン、保存箱など



宝くじの助成で揃えた備品は、各地区において、市民まつりや運動会などの行事に活用され、地域行事や伝統行事を通じた地域コミュニティの発展、地域の活性化に役立てられています。

また、西宮区、田沢区においては、例年、地域で行われている行事のほかに、今年行われる御柱祭にも活用され、歴史的伝統文化の

継承と伝統行事の活性化も含めて、更なる地域コミュニティ活動の発展に役立てられます。

事業を希望される場合は、事前に申請が必要です。例年9月～10月に翌年度の事業を募集します。

●問い合わせ先
企画課まちづくり協働係
☎64-5898



宝くじは
豊かさ築く
チカラ持ち。

宝くじは、広く社会に
役立てられています。

郷土の医療を支える医学生等の奨学生を募集します

市では、東御市民病院等の医師の確保を図るため、将来医師として東御市民病院等※に従事しようとする医学部の学生・臨床研修医に対し、修学等に必要な資金を貸し付けします。貸し付けを希望される方は、ご応募ください。

※市民病院等…東御市民病院若しくは東御市立みまき温泉診療所又は市長の指定する医療機関



【募集の内容】

- 1 **申請書受付期間**
平成22年4月1日(木)から4月20日(火)まで
- 2 **貸付対象者**
将来、医師として東御市民病院等に従事する意欲のある医学生、及び臨床研修医
 - ・本人又は保護者が東御市民であること。
 - ・連帯保証人が2名必要です。
- 3 **貸付人員** 医学生・臨床研修医 1名
- 4 **貸付金額** 月額20万円 ただし、臨床研修医の場合は所得制限があります。
- 5 **貸付期間** 医学生 6年
臨床研修医 2年
- 6 **条件** 臨床研修終了後5年以内に、医師として東御市民病院等の業務に従事すること。

7 貸付金の返還猶予期間

- ・臨床研修を受けているとき。臨床研修終了から5年を経過するまでの期間。
- ・市民病院等に従事しているとき。

8 貸付金の返還免除

- ・市民病院等に、奨学金の貸付期間と同じ期間、医師として従事したときは奨学金の返還を全額免除します。
- ・市民病院等で免除のため勤務期間中に死亡または他病院へ転勤したときは、従事した期間の返済額を免除します。

その他 貸付けの取り消しや、貸付けの目的が達成されなかったときは、貸付金の全額に年5%の利息を加算した額の返還が必要となります。

●問い合わせ先 健康保健課保健係 ☎64-8882 FAX64-8880

- **意見募集期間**
平成22年2月1日(月)から平成22年2月26日(金)まで
- **意見の取り扱い**
「東御市地球温暖化対策地域推進計画(原案)」に対する意見
お寄せいただいた意見などは推進計画の参考とさせていただきます。個別には回答しませんので、ご了承ください。
- **意見の提出方法**
「東御市地球温暖化対策地域推進計画(原案)」は、次により閲覧することができます。
・本庁舎、北御牧庁舎の行政資料コーナー
・市ホームページ
- **意見の提出方法**
閲覧場所または市ホームページにある所定の用紙(様式)に住所、氏名、電話番号を記入のうえ、次

市全体で地球温暖化対策に取組み、東御市を未来に誇るべき住み良い環境につくりあげていくための計画原案がまとまりましたので、東御市パブリックコメント手続き実施要綱にもとづき、市民の意見等を募集します。

【推進計画の策定体制】
推進計画の原案は、「東御市地球温暖化対策地域推進計画検討委員会」で検討され「東御市環境審議会」で審議が行われまとまりました。

『東御市地球温暖化対策地域推進計画(原案)』に対する
ご意見をお聞かせください

- **意見の提出方法**
の方法により提出してください。
① 持参、郵便、ファックスにより市民課へ送付
② 電子メールに添付し送信
※電話による意見は受け付けません。
- **意見を出せる人**
・市内に住所を有する人
・市内に事務所、事業所を有する個人、法人、その他団体
・市内の事務所、事業所に勤務する人
・市内の学校に在学する人

● 問い合わせ先
市民課生活環境係
〒389-10592
東御市 281-12
☎64-5896 FAX63-16908
E-mail: shimin@city.tomnaganajo.jp

環境調査の結果をお知らせします(その2)

先月号の公共水域の水質調査に続き、今月は、大気環境の調査結果についてお知らせします。

《主要道路大気測定》

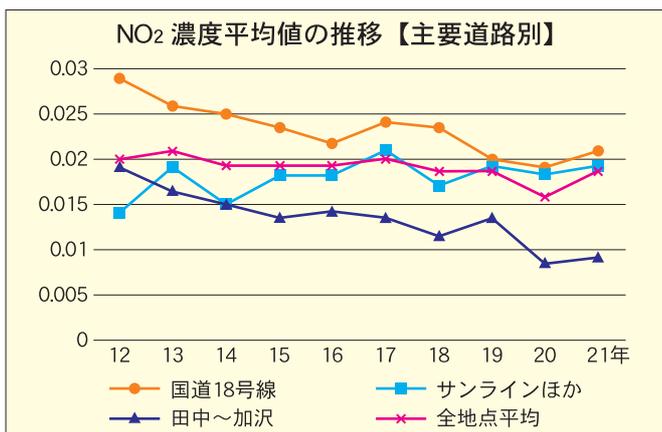
実施日 9月24～25日

市内主要道路の沿線20か所において、二酸化窒素(NO_2)の濃度測定を行いました。二酸化窒素は、大気中の濃度の環境基準が設けられている物質の一つで、主に自動車や工場等の燃焼施設などから発生し、光化学スモッグや酸性雨の原因になります。

今回の結果、すべての箇所が「大気の汚染に係る環境基準」の基準値以下であり、良好な環境にあるといえます。ここ数年の記録を見ると、全体の平均濃度はほぼ横ばいで推移していますが、サンライに沿いは上昇傾向にあります。交通量の増加と、それに伴う渋滞の発生が主な要因と見られます。

きれいな大気環境の維持と地球温暖化防止のために、自動車を運転する時は、アイドリングストップとエコドライブを心掛けましょう。また、ボイラーや燃焼炉などがある事業所では、異常な燃焼がおきないように、施設の点検を怠りなくお願いします。もちろん、違法な野焼きは厳禁です。

● 問い合わせ先
市民課生活環境係
64-5896



大気環境調査結果

測定箇所	○…国道18号線 □…サンラインほか △…田中～加沢	7地点 9地点 4地点	NO ₂ 濃度 1日平均値	青……0.01ppm未満 緑……0.01～0.02ppm未満 黄……0.02ppm以上	《環境基準》 0.04～0.06ppmの範囲 またはそれ以下
------	----------------------------------	-------------------	-----------------------------	---	--------------------------------------



平成22年 各区の区長の皆さんをご紹介します

○地区区長会長 △地区副区長会長

地区	区名	区長又は自治会長
田	加 沢	桜井 寿昭
	常 田	中島 和人
	田 中	○柳澤 英夫
	県	安達 欣伍
中	本 海 野	小林 文江
	西 海 野	矢羽 利忠
	白 鳥 台	△大澤 信行
	城 ノ 前	吉澤 直樹
滋	赤 岩	田口 良三
	片 羽	長谷川 昭
	桜 井	○荻原 利幸
	大 石	関 豊春
野	中 屋 敷	若林袈裟利
	別 府	別府 信彦
	原 口	若林 勝好
	聖	△若林 宣彦
津	乙 女 平	畦上 仁
	王 子 平	菅原 重雄
	新 張	○土屋 哲男
	出 場	花岡 澄雄
北	金 井	長谷川芳司
	新 屋	後藤 正次
	東 町	飯高 義雄
	西 宮	山越 貞彦

地区	区名	区長又は自治会長
祢	姫 子 沢	△北沢 悟
	湯 の 丸	渡辺 隆司
	滝 の 沢	斉藤 聖司
	祢 津 南	磯貝 郡平
津	伊 勢 原	滝澤 昭雄
	奈 良 原	小林 亮一
	鞍掛自治区	清水 年男
	リードリーくらかけ	高塚 直人
和	東 上 田	池田 邦男
	田 沢	○竹花 芳夫
	大 川	塚田 二郎
	栗 林	△飯嶋 幸男
北	海 善 寺	熊谷 昭
	曾 根	松井 信明
	東 深 井	関 政一
	西 深 井	今井 吉信
御	西 入	清水 一幸
	東 入	庄村 茂
	日向が丘	柳原 卓也
	海善寺北	小泉 敏夫
牧	寺 坂	新井 誠
	睦	清水 紀彦
	上 八 重 原	西田 光儀
	田 楽 平	安原 光雄

地区	区名	区長又は自治会長
北	中 八 重 原	関 正一
	山 崎	白倉 義雅
	下八重原西部	小野 孝
	下八重原東部	滝沢 敏雄
御	芸 術 む ら	西村 悦子
	白 樺	新小田一弥
	切 久 保	○武井袈裟美
	八 反 田	比田井尚良
牧	本 下 之 城	小林 一行
	田 之 尻	山浦 武
	宮	井出 誠
	畔 田	小林 芳重
北	御牧原南部	依田 光生
	御牧原北部	中川 孝造
	御 牧 台	座間 捷機
	布 下	大熊 節男
御	常 満	桜井 康夫
	島 川 原	島川 定利
	大 日 向	直井 義晶
	光 ケ 丘	柄沢 和幸
北	羽 毛 山	竹重 好幸
	郷 仕 川 原	三澤 淳司
	牧 ケ 原	△木次はつみ

(敬称略)

● 問い合わせ先
市民課生活環境係
☎ 6415896



※詳しくは環境省のホームページをご覧ください。

住宅の新築など新規で燃焼機器を購入する際には目印にして下さい。

排ガス規制をクリアした自動車に適合ステッカーが貼られているように、小規模な燃焼機器にも、排出する窒素酸化物の濃度について環境省が推奨ガイドライン※を設け、それを達成した製品には「低NOxマーク」をつけることができるようになっていきます。

灯油やガスを燃料とする家庭用の給湯器や小型ボイラーなどは大気汚染防止法の規制対象外ですが、こうした小さな燃焼機器も、当然ながら汚染の原因となる窒素酸化物（NOx）を出しています。

知ってる？ 覚えてね！
『低NOxマーク』



すくすく育つとうみっ子!!

誕生日おめでとう! (2月生まれ)



やすもと ももね
安本 桃音ちゃん(祢津南)
(1歳、H21. 2. 4生)

桃ちゃん♥お誕生日おめでとう! 食べるの大好き♥いないいないばあ~大好き♥お兄ちゃん大好き♥とっても陽気な桃ちゃん! 元気に大きくな~れ♥



あかお ぎんじろう
赤尾 銀慈朗くん(加沢)
(1歳、H21. 2. 11生)

♥毎日、やんちゃパワー全開の銀ちゃん、1歳のお誕生日おめでとう♥歩けるようになったら、お姉ちゃんと一緒にいろんな所にお散歩にでかけようね★



よだ しんたろう
依田 新太郎くん(加沢)
(1歳、H21. 2. 18生)

これからも、その世界一の笑顔で皆を幸せにしてね。ゆっくりとパパ、ママと一緒に成長していこうね。新太郎♥1歳おめでとう♥



おざわ さき
尾澤 沙紀ちゃん(片羽)
(1歳、H21. 2. 27生)

もう1年が経ったんだね。沙紀と過ごす毎日から、新米パピママは教えられることがたくさんあるよ。これからもよろしくね。



よだ しおん
依田 志音くん(東上田)
(1歳、H21. 2. 28生)

しーくん、お誕生日おめでとう! 元気でいたずら大好き! でも、甘えん坊なしーくん。これからもたくましく、そして優しい男の子になって下さい。



つちや りく
土屋 凜空くん(御牧原南部)
(2歳、H20. 2. 7生)

乗り物好きで、おしゃべり上手。この1年も大きく成長したね。これからもたくさん食べて、たくましくなあれ!! 家族みんな、りくのこと大好きだよ♥



やまうら はるき
山浦 春希くん(羽毛山)
(2歳、H20. 2. 8生)

春希♥2歳のお誕生日おめでとう♥お友達と上手に遊べるようになったね♥ごはんもきちんと座って食べるおりこうさん♥最近のマイブームはハイタッチ★これからもパパ・ママを楽しませてね♥♥



よだ まゆは
依田 舞優羽ちゃん(加沢)
(2歳、H20. 2. 12生)

マユ、2歳のお誕生日おめでとう♥いっぱいお話できるようになって楽しさ倍増だね。お姉ちゃんのマネしてお片付けとか上手にできるようになったね♥これからもお姉ちゃんと仲良く保育園に行つて元気に大きくなってね♥



たなか かやの
田中 華彩乃ちゃん(田沢)
(2歳、H20. 2. 13生)

すぐにお姉ちゃんの真似をしたがるおてんばかやちゃん♥リズムに合わせて踊ったり、おしゃべりもたくさんできるようになったね! これからも大好きなお姉ちゃんと仲良く元気に大きくなってね♥



きたはら かいら
北原 魁来くん(加沢)
(2歳、H20. 2. 27生)

かいくん、お誕生日おめでとう♥毎日歌って踊って、おしゃべりもたくさんできるようになったね。これからもいろんなことに挑戦してパパとママをビックリさせてね♥



やました そうたろう
山下 蒼太朗くん(曾根)
(2歳、H20. 2. 28生)

寝て食べて、泣いて笑って2年が経ったなあ。頭はよくぶつけたものの大病無く過ごせて良かった。明日も蒼い空に大きい雲を見つけよう。



わかばやし まいか
若林 苺香ちゃん(睦)
(3歳、H19. 2. 3生)

まいちゃん♥3歳おめでとう♥甘えん坊のまいちゃんだけど、弟ができて最近はお姉ちゃんらしくなってきたネ!! 春からは保育園。お友達とたくさんあそべるといいネ♥

こみっくシリーズ
第8話 やりすぎもほどほどに
 男女共同参画プラン推進委員会



チョウドリー イルシヤちゃん(左) アーシヤちゃん(右) (片羽)
 (3歳、H19. 2. 6生)
 イルシヤ♥アーシヤ HappyBirthday♥いつもゲソキいっぱいな2人!!ケンカもいっぱいだけど、2人仲良く笑顔で育ってね♥PaPaもMaMaもみ〜んな大好きだよ♥

☆募集しまお!!☆ (対象者 3月生まれの3歳まで)
 写真(うらに氏名を記入)・住所・お住まいの区・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・TEL・コメント50字程度を添えて企画課広報担当までお送りください。記載漏れのあるものは掲載いたしかねます。なお紙面の都合上適宜編集いたしますのでご了承ください。締め切りは、2月8日(月)必着。

防犯のこころメモ
 原交番所長より耳学問

「安全安心のまち」にするために……

昨年、県下の犯罪件数は減少しましたが、自転車盗、オートバイ盗、自動車盗、車上狙い、器物損壊、自動販売機荒らし等いわゆる街頭犯罪と言われる事件が増加しました。東御市では、これらの犯罪のほか、空き巣、忍び込み、出店荒らし等凶悪事件に発展しかねない犯罪も発生しています。

このような情勢ですが、市民が願う求める安全安心なまちづくりは、まさに全国的な課題です。いづれどこでどんな事件が発生するか予想もつか

ない昨今、他人ごとではありません。いつ自身が犯罪被害者にならないとも限りません。今年是非、平穏な年であってほしいと願うとともに、市民の皆さん一人ひとりに、これらの問題に目を向けていただき「おらほの東御市みんなで守ろう」を合言葉に、犯罪のない明るく住みよい東御市とするため、市民と警察、役所等が一体となつて相互に協力できれば、きつと素晴らしい市になると信じています。

皆さんのご協力をよろしく願います。

- 東御市警部交番 ☎62-10104
- 生活環境係 ☎64-5896

親子料理コンテスト 入賞作品紹介③
こんがりとおいしいで賞

ライスコロッケの トマトソース添え

家族みんな大好きなトマトソースです。パンやスバゲッティのメニューにもとてもよく合います。
 岩下由美・香菜子(小6)さん

●材料(4人分、★：市内の食材)
 <コロッケ>
 じゃがいも★……………中3個
 ごはん★……………200g
 プロセスチーズ……………40g
 小麦粉、卵★、パン粉……………適量

揚げ油……………適量
 塩、コショウ……………少々
 <トマトソース>
 にんにく★……………2片
 玉ねぎ★……………中2個
 トマト★……………中2個
 セロリ★……………1/2本
 トマトケチャップ……………大さじ3
 水……………1カップ
 コンソメ粒……………2個
 バター、バジル、塩、コショウ……………少々
 パセリ★……………適宜

●作り方
【コロッケ】
 ①茹でたじゃがいもにごはんを混ぜてつぶし、小さく切ったプロセスチーズを入れ、塩・こしょうをふって一口大にまとめる。
 ②小麦粉・卵・パン粉をつけて160℃の油で揚げる。

【トマトソース】
 ①にんにくはみじん切り、玉ねぎはスライスし、セロリは細かく刻んでバターで炒める。
 ②しんなりしたら、水とコンソメを加え、種を取り除いて細かく刻んだトマトと一緒に20分ほど煮込む。
 ③ミキサーにかけ、鍋に戻し5分ほど煮込む。好みでバジルを入れる。
 ●お皿に盛りつけ、パセリを添える。

審査員からのアドバイス
 下味が大事です。トマトソースはリゾットやグラタンにも使えます。

元気発信！子育て施設 津保保育園の話題



▲「わっ！お豆がでてきた」(豆ふみ)

食育活動の一環で年長児が大豆を育て、豆腐を作りました。5月にポットに蒔いた小さな豆がすくすく育ち、畑に移植し、お盆のころには立派な枝豆になりました。園児たちからは「今、食べたいね」という声も聞かれましたが、秋には大豆になることを伝え、皆で見守り、大切に育てました。そして、収穫。80センチ程に成長した豆の木は、しっかり根を張り、引き抜くのも大変でした。園児たちは力を合わせて抜きました。乾燥させ、「豆ふみ」をし、大豆を収穫しました。たった一粒の豆



▲「ふわふわしておいしそう！ケーキみたい」(豆腐づくり)

からたくさんの大豆が収穫できるところを知り、自然の力を実感できました。そして、園児たちが育て、収穫した大豆で豆腐作り。味の研究会の井出さんに教えていただきながら、豆をミキサーにかけ、焦がさないようにかき混ぜながら煮るなど、皆で協力して作りました。できた豆腐は「いつもの豆腐よりおいしい！」と格別の味わいだったようです。種から自分たちが育てた大豆を使って、「豆腐を作り、その場で食べる。とても貴重な経験になったことと思います。」

学校だより



児童会まつり

田中小学校六年

児童会長 笠原 侑真

田中小学校では、十二月十八日、金曜日に児童会まつりというおまつりが行われました。児童会まつりとは、児童会の十二委員会が出し物を企



▲空き缶タワーを楽しみました

画し、全校のみなさん楽しんでもらう行事の一つです。今年は、児童総会で出た「時間をのばしてほしい」という意見を取り入れ、一、二時間目は出し物を行い、三時間目に姉妹学級対抗のゲームを行

大切な交流会

北御牧中学校一年

小宮山舞花

六月から、三回の「ホカホカ交流会」を通して、はじめは、迷惑でないかななどといういろいろな不安がありました。お年寄りの方が「来てくれてとってもうれしい。」と言ったので、とてもうれしかったです。お手玉を使った遊びを教えていただいて、その歌が、「お馬さんに乗って、ロシアに行つて帰つてこい」というような歌詞でした。前の交流会の時も、戦争のお話

ホカホカ交流会を終えて

北御牧中学校一年

今井 楓

高齢者の方と初めてお話したときは、どうすればいいんだろうと思つて自分から積極的に話すということができませんでした。また、高齢

者の方のことを考えずに普段通りに話していたりする部分もあったので、会話が続きにくいこともありました。しかし、ホカホカ交流会を続けていくにつれて、だんだん、高齢者の方とお話をしたいという気持ちがあふれてきて、ゆつくり大きな声でしゃべりながら、積極的にお話をすることができるとなりました。お話を聞いていると今の私たちと高齢者の方の中学時代はまったく違うことを実感しました。私たちがもげいたくをしすぎないように生活していきたいと思えました。

図書館へ行こう!

東御市立図書館 ☎64-5886

2月のテーマブック

「クマの出でくる本」

寒い冬、森のクマたちはぐっすりねむっているのでしょうか?

なめとこ山の熊

宮沢賢治…作
あべ弘士…絵
ミキハウス



はなを くんくん

ルース・クラウス…文
マーク・シーモント…絵
きじまはじめ…訳
福音館書店



図書館だより

図書館では、ボランティアの皆さんとともに、親しみの持てる利用しやすい図書館づくりを推進しています。今月号と来月号では、現在図書館で活躍するボランティアグループの活動を紹介します。今月は、「東御市立図書館修理ボランティア」の皆さんです。

毎月最終金曜日の「図書整理日」に、本の修理をはじめ、見づらい本の背表紙貼り等の作業をしていただいています。この会の皆さんは、「大人のための絵本講座」(図書館講座)受講生の中から、図書館業務に興味のある人たちが構成されており、活動二年目になりました。細かい作業が多い中、皆さんには頑張っていたでいます。



図書館発

オススメの一冊

●のらねこのポラ

ふりやかよこ…作・絵
ポブラ社

飼い主のジジが亡くなり、森に捨てられたこねこのポラ。自然の厳しさを学び、のらいぬのチビと友情を深めていく。だが森に初めて雪が降ったとき、チビが人間の街においていこうと言いだす。作者が信州の森に魅せられ、実際に出会った3びきの子ねこたちをモデルに、猫も、犬も、そして飼い主の人間たちも、どうか幸せであってほしい。そんな作者の願いが込められた絵本。



●やめて

テイビッド・マクフェイル…作・絵
柳田邦男…訳
徳間書店

男の子は一通の手紙を書きおえると、封をとり、切手をはり、ポストに出しにでかけました。そのとき、男の子のまわりで起こっていたことは?文字のない一面一面が雄弁に物語りを伝えます。争いのない未来への願いがこもった、心に響く絵本。



●王子さまの耳はロバの耳

岡田 淳…文
はたこうしろう…絵
フェリスモ出版

とある国の王さまに、男の子がうまれしました。うまれた時に贈られた言葉の通りに、男の子はやさしく、賢く、人の言葉をしっかりと聞ける王子さまに育ちました。ただし、王子さまの耳はロバの耳だったのです。本が大切なもの。それがこの物語にあります。



◆新着本案内◆

◆一般書

- 龍馬と弥太郎……童門 冬二・著
- いつか響く足音……柴田よしき・著
- 3月申告版……芥川 靖彦・著
- SOSの猿……伊坂幸太郎・著
- 下天を謀る 上・下……安部龍太郎・著

◆児童書

- ちか100かいだてのいえ……いらい としお・絵
- であえてほんとうによかった……宮西 達也・絵
- 忍たま乱太郎……へんてこクジラをおいかける!の段……尼子 騷兵衛・作
- 縄文大使カックウとシヨウタのふしぎな冒険……川嶋 康男・作
- クララ、いっしょに走ろう……今西 乃子・作

◆行事予定◆

- かの子ども文庫による2月のおはなしこども会
- 日時 2月20日(土) 午前10時30分
- 場所 市立図書館2階読書会室
- 内容 影絵「モチモチの木」
- 2月12日(金)はおはなし会があります
- 時間 午前10時30分
- 場所 こどもフロアー
- 対象 就園前のお子さん

2月の休館日

(赤丸の日は休館日です。)

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

インターネットで図書館の本が検索できます。 <http://www.echol.gr.jp>

心の眼

(69)

人権同和教育指導員
土屋 文彦

体験で学ぶ人権感覚
人の心をつなぐ子どもの力



12月の初めNHK朝の番組で、路上生活者に対する虐待は中学生が一番多く、その対策として大阪での取り組みが紹介されました。その取り組みは、小学生が路上生活をする人たちと食事を配ることをきっかけに、コミュニケーションや触れ合いを持つとうとする試みでした。食事を配る時、路上で生活する人に「おじさん、食事です。」と声をかけて渡すと、おじさんは「ありがとう。」とお礼を言っていました。そんなやりとりの中から、小学生の女の子が「おじさんはどんなことを考えているの。」と質問すると、おじさんは「子どもの頃、お母さんがお腹をすかしているだろうと、おやつを用意していてくれたことだよ。」と答えました。「仕事が無いのでこんな生活をしているが、子どもの頃のことを思い出すんだよ。お母さんはいつも子どものことを考えていてくれるんだよ。だから親を大切にしなければだよ。」と続けました。女の子は真剣に聞いてうなずいていました。

この番組を見て、子どもだからできるすごい取り組みだと思いました。まず子どもたちは、路上生活をしている人を遠くから見ても、汚いと思ったり、どんなことを考えているのかわからなかったでしょう。しかし、食事を渡すことを通して、おじさんの思いを聞くきっかけができました。相手も子どもであるがゆえに、おじさんも自分の思いを素直に語りかけていました。これが大人であったらこのようにはいかならないと思います。子どもは自分の素朴な疑問に正面から答えてもらうことで、今まで考えていた汚いといったイメージとは全く違う、優しさや温かさが分かりました。

この番組を見て、子どもでなければできない、人と人を繋ぐ大きな役割に感動しました。路上で生活している人たちにとっても、何にも代えがたい嬉しい触れ合いでしょう。地域で子どもが活躍できる場が少なくなっていますが、大人はもつと子どもが社会の一員として、いろいろな社会体験をさせ、人と人を繋ぐ力が発揮できる場を作っていく必要があると思います。

『悪質商法からお財布を守ろう』 ワンクリック不正請求にご注意！

インターネットをめぐる消費者トラブルが増加しています。こうしたトラブルは、手口も多様化、巧妙化しています。

【手口】

●アダルトサイトだけでなく、占いサイトやゲームなど様々なサイトからつながってしまう●「無料」であると表示し、有料サイトへの申し込みであることが確認できない画面で、クリックしただけで登録されてしまう●IPアドレスや携帯電話の認識番号などを画面上に表示し、消費者個人を特定したように思わせる●占いサイトなどに登録したにも関わらず、出会い系サイトからメールが届くなど、個人情報漏れ、別の業者から支払いを請求される

【対策】

①不用意にアクセスやクリックをしないこと。特に「はい」の周辺に有料である旨の表示が記されているような場合には要注意です。②慌てて業者に連絡しないこと。電話やメールで業者へ連絡を取るとは、かえって氏名や住所などを業者に知らせることになります。③利用料金の請求を受けても、言われるままに支払わないこと。「登録になりました」「入金ありがとうございます」と表示されても、契約が成立していない場合

が多く、事業者の不実告知により結ばれた契約は無効を主張できます。

【事後の対処】

コンピューターウイルスによりパソコンに定期的に請求画面が表示される場合は、IPA（独立行政法人情報処理推進機構）が公表している対処方法を参照してください。（キーワード「ワンクリック不正請求」で検索できます。）

最近の「ワンクリック不正請求」を行うウェブサイトでは、違法箇所を見つけたことが困難な場合も多く、必ずしも不正であるとは言えないため、クリックした本人の責任を問われかねません。様々なリスクが存在し得ることに留意した上で慎重なインターネットの利用をお願いします。

（内閣府消費者庁、県企画部消費生活室より）

万が一トラブルに巻き込まれたり、お困りになった場合は、消費生活センターへ早めに相談してください。

●問い合わせ先

上田消費生活センター

☎27-8517

市民課生活環境係

☎64-5896

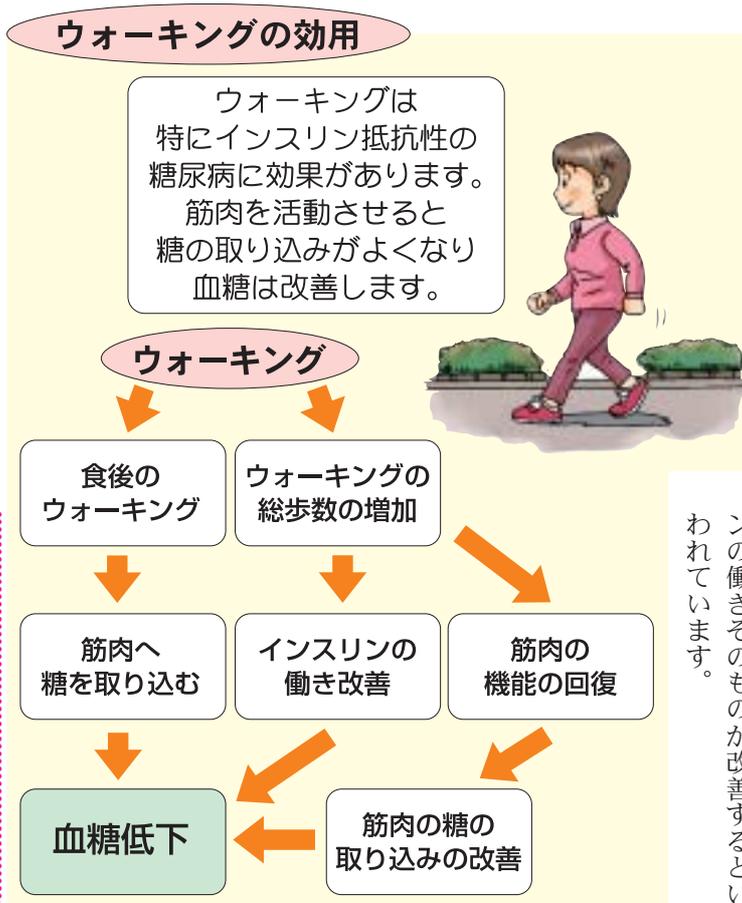
こんにちはは保健師です

ウォーキングで血糖値を改善しましょう！



井原 井原こずえ 保健師

生活習慣病からなる糖尿病は、血糖値を下げるインスリンの働きが低下した状態です。ウォーキング（運動）をすると血糖値が改善するメカニズムは現時点では次のように考えられています。



とても身近なウォーキング（歩くこと）。まずは1日プラス10分、プラス1000歩を目安に生活に取り入れましょう。運動を続けることで体力の向上や気分を爽快にしてくれるだけでなく血糖値の改善が期待できるのです。

①運動より筋肉での糖の取り込みがよくなり、糖を使いやすくなります。特に血糖値が最も上がる食後1〜2時間後くらいの運動が効果的です。
②もう一つは、運動によりインスリンの働きそのものが改善するといわれています。

shin-taiの「子どもの生活習慣づくり」

身体教育医学研究所 指導主任 渡邊 真也

子どもの生活習慣づくりは「大人の責任」

子どもたちが健やかに成長していくためには、適度な運動、バランスのよい食事、十分な休養・睡眠が大切です。こうした生活習慣を身につけていくために家庭の果たすべき役割は大きいと言えます。最近の子どもたちはライフスタイルの変化に伴い、成長期に必要な基本的な生活習慣が大きく乱れており、学習意欲や気力、体力低下の要因の一つとなっています。そこで、家庭での生活習慣を見直し、改善するためのポイントをいくつか紹介します。

- ①カーテンを開け朝の光を浴びる
朝の光を浴びることで、脳は光を感じて体内の時計をリセットします。朝の光が目に入ってから15時間前後に眠りを誘うホルモン「メラトニン」が分泌され心地よい睡眠を促します。
- ②朝ごはんを食べる
朝ごはんは、いわば脳の目覚まし時計です。朝ごはんをきちんと食べると、脳が活性化して1日を元気にスタートすることができます。早起きをすれば、家族そろって食事が



国民年金アドバイス

年金をあきらめないで—— 「カラ期間」はありませんか？

老齢基礎年金は、年金を受給するために必要な資格期間が25年に満たない方は受給することができません。公的年金に加入した期間が25年に満たない方には、60歳到達月の3カ月前に「年金に関するお知らせ」という注意を喚起するためのハガキが日本年金機構から送られてきます。しかし、年金加入期間が25年に満たないからといって、はじめから年金受給をあきらめないでください。

カラ期間について

公的年金には、「カラ期間」というものが設けられています。カラ期間とは、年金額には反映されませんが、25年の資格期間には含まれる期間のことです。このカラ期間と年金加入期間を合わせた期間が25年以上あれば、老齢基礎年金の資格期間を満たしたことになります。

主なカラ期間は、国民年金に任意加入しなかった期間など、次の4つの期間のうち、昭和36年4月以後の20歳以上60歳未満の期間とされています。

- ① 厚生年金等の加入者の被扶養配偶者であった昭和61年3月以前の期間
- ② 学生であった平成3年3月以前の期間
- ③ 海外在住の期間
- ④ 厚生年金・船員保険から脱退手当金を受けた昭和61年3月以前の期間（昭和61年4月以後に国民年金の加入期間がある場合に限ります）

ご自分にこれらのカラ期間があると思われる方は、年金の受給権に結びつくこともありますので、年金事務所に相談してください。

●問い合わせ先

小諸年金事務所 ☎0267-22-1080
市民課国保年金係 ☎62-1111（内線1231）

まるごと生活百科

2月の納税（納期限3月1日）

- 国民健康保険税（普通徴収）（9期）
- 後期高齢者医療保険料（普通徴収）（8期）
- 介護保険料（普通徴収）（8期）

こちら119（東御消防署）

※カッコは1月からの累計

＝東御市内の12月の出動件数＝

火災 1件（18件） 救急109件（1000件）

住宅用火災警報器を設置しましょう！！

●詳しくは東御消防署まで ☎62-0119

市内交通事故統計 12月分

12月31日現在（※カッコ内は1月からの累計）

	上田警察署管内	望月警察署管内	合計	前年比
件数	17(141)	1(14)	18(155)	-5(-34)
傷者	19(171)	1(19)	20(190)	-10(-55)
死者	0(0)	0(1)	0(1)	-1(-2)

とうみの気象記録（東御消防署調べ）

	平成21年12月	平成20年12月
最高気温	14.2℃（26日）	18.6℃（21日）
最低気温	-8.8℃（22日）	-7.9℃（27日）
平均気温	2.3℃	3.5℃
平均湿度	78.3%	72.2%
降水量	6.5mm	21.0mm

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/>

営利を目的としない助けあいの制度

- ① 共済金を真っ先に
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。

口座振替取扱金融機関 八十二銀行 ゆうちょ銀行 ※掛金の口座振替については左の金融機関からいずれか一方へ指定ください。※ゆうちょ銀行の窓口ではお申し込みいただけません。

資料請求はとっても簡単！

長野県民共済 検索
www.nagano-kyosai.or.jp/



■受付時間 / 平日9時～17時

[上田] ☎0268-24-3985(代)

〒386-1104 上田市福田下田9-33 FAX 0268-24-3902

携帯サイトのバーコード
<http://kyo-sai.jp/nagano/>

SBCラジオ 県民共済提供「YES! 県民共済 聞いてなるほど」毎週日曜日18:05～(約5分間)放送

〈広告欄〉

水を燃やす？
水分90%の野菜100gを、燃やすことができるといわれる水分50〜60%程度にするためには、水分を何g蒸発させればよいでしょうか？
水分を50%にする場合、固形分10g、水分10gの状態にする必要があります。つまり、水分を80g蒸発させることとなります。(下図参照)
東部クリーンセンターでは、平成20年度に可燃ごみを約4300t処理しました。可燃ごみのうち約4割が生ごみで、80%が水分だとすると、1376tが水ということになります。これは、市の50mプール約2面に相当します。先に述べたとおり、水分の多い生ごみを燃やすためには、焼却前に水分を蒸発させ半乾燥させる必要があります。



平成20年度の重油使用量は約317tです。水分を多く含んだ可燃ごみを焼却するため、多くの重油を使用しています。これには多額の経費がかかりますし、多くのCO2が排出され、環境にも負荷をかけることになります。



資源化の重要性

多くの生ごみを燃やすということは、本来火を消すために使う水に重油をかけて燃やすという奇妙なことをしていることとなります。
生ごみは堆肥化により土に戻すなど、できるだけ減量するよう工夫をしましょう。生ごみを出さなくなるとそれを包む新聞紙なども資源化されることとなります。また、可燃ごみとして出す場合、水に濡らさないこと、また、極力水分を切ることに心がけてください。

税のワンポイントアドバイス

税金の種類によって、課税方法や納税義務者は異なります。今月は税金の種類別に、課税の基準や納税義務者についてご説明します。

1、市民税、県民税

毎年1月1日に住所があった市町村で課税されます。その後、**転出しても課税は継続**し、新たに転入した市町村で課税されることはありません。

2、固定資産税、都市計画税

毎年1月1日の所有者に課税されます。その後、売却や所有者変更があっても、**当初の所有者に納税義務**があります。

3、国民健康保険税

一人ひとりが被保険者ですが、加入は世帯単位となり世帯主が納税義務者となります。世帯主本人が社会保険に加入しているなど、**国保加入者でない場合であっても納税義務者**となり、滞納による処分も世帯主が受けることとなります。

4、軽自動車税

毎年4月1日の所有者に課税されます。その後、売却や所有者変更があっても、**当初の所有者に納税義務**があります。

口座振替により納税されている方は、世帯主・所有者の変更や口座名義人がお亡くなりになったときは、新たに手続きが必要になります。引き続き口座振替を希望する場合は、納税義務者や口座名義人を十分確認いただき、手続きをしてください。

●問い合わせ先

税務課収税管理係
☎62111111 (内線1181・1182)

小学校受験から大学受験まで 先行予約受付中!

善は、**志望校合格** 急げ!!

まもなく、毎年多くの受験生を志望校合格に導いている超一流の先生たちに少し空きが出ます。来年の栄冠を勝ち取る為にスーパー家庭教師の先行予約を! 今すぐお電話ください。

上田 志之 様

信頼のブランドスーパー家庭教師 全国160都市で地域教育に貢献 派遣実績31年

長野県家庭教師協会

お問い合わせは 二重丸で オールナンバース
0120-00-1111

このフリーダイヤルは無休の事務所に繋がりますが、携帯電話からはつながりませんのでご注意ください。

無料教育相談実施中

スーパー家庭教師 検索

上田事務局 上田市中央1-6 小林ビル2F
0268(24)1515(代)

5つの安心
① ② ③ ④ ⑤

教師交際料、年会費、選抜料なし
電話勧誘、教材販売なし

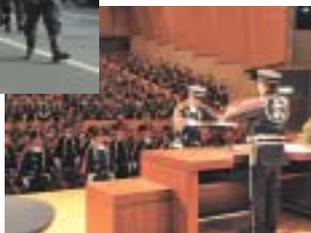
長野・須坂・中野・屋代・小諸・佐久
松本・塩尻・岡谷・諏訪・伊那・飯田

(広告欄)



▲堂々とした行進

東御市消防団が県消防犯協会表彰を受
▼けた



災害の無い地域へ決意新たに 平成22年東御市消防出初式

1月10日、平成22年東御市消防出初式が行われました。田中商店街では、市内保育園、幼稚園の幼年消防クラブ員約270名が元気いっぱいの行進をしました。続いて消防ラッパ隊と音楽隊の演奏の中、消防団、婦人消防協力班、自衛消防隊、積載車などの消防車両が堂々と分列行進を行いました。

行進終了後、文化会館サンテラスホールで式典が行われ、掛川団長の新年のあいさつや音楽隊の新春演奏、功労者表彰などが行われました。新年を迎え団員たちは、自らの地域を守る決意を新たにしていました。

「今日も笑顔で元気発信、 さわやかな人と人を結ぶ」 田中駅南口整備事業竣工

市が平成16年より進めてきました、しなの鉄道田中駅の南口整備事業が完成しました。

12月16日に完成を祝い、関係者約60名が参加して竣工式が行われました。事業を進めてきた同事業連絡協議会の関誠会長（田中）は「長期間にわたり多くの方々にご苦勞を頂き感謝している。勞をねぎらいたい」とあいさつしました。式では、テープカットやトリイズクラの記念植樹、参加者全員で自由通路の渡り初めなどが行われました。

自由通路の渡り初め▶



◀テープカットで
完成を祝いました



▲調印式には小林拓幹生徒会長（2年写真左）も出席。花岡市長より市民まつりの踊り連へ参加要請を受けました。

まちづくりと人づくりのために 東御清翔高校と地学連携協定を締結

12月15日、市と東御清翔高校が地域と学校づくりのため、さまざまな分野で協力していくことを目的に地学連携協定を結びました。花岡市長は「元気な市づくりのため若い力に期待している。市として学校活動へ積極的に協力していきたい」、徳武高標校長は「多部制・単位制への移行を踏まえ、地域との交流や市への貢献ができるメニューを充実していきたい」とあいさつし、改めて連携を深めることが確認されました。

農村女性きらめきコンクール 味工房ゆらりが最優秀賞受賞

県が主催する「農村女性きらめきコンクール」で味工房ゆらりが最優秀賞を受賞しました。おやきやジェラート、パンなど商品の加工部門で女性が主力となって活躍する事例などが評価されました。12月25日に市長室で行われた受賞報告会では「地元産にこだわり、添加物や保存料の使用を極力抑えていることがお客様に評価されてきている」と城田滋喜組合長らは話していました。



▲賞状とこだわりのおやきを手に記念撮影

トピックス 地域の話題

発案者の原交番所長より
▼経過が説明された



▲安全安心を願い大行進

「めざせ！日本一安全安心な街」
のぼり旗お披露目と市民800人が行進

1月17日、おらほの東御市みんなで守ろう会（伊藤麟太郎会長）が進めてきた市の安全安心の旗印となる「のぼり旗」500本が完成し、お披露目の会がラ・ヴェリテ駐車場で行われました。伊藤会長は「住みよい東御市になることを祈っています」とあいさつし、集まった市民約800人が、のぼり旗とエコ風船を手に安全安心を願いながら田中商店街を行進しました。

のぼり旗は各地区に設置され、市民の防犯意識の高揚に役立てられます。

メジャー流人材育成術

1月15日、平安閣みまきで新春講演会が開かれました。講師にアメリカメジャーリーグ「カンザスシティ・ロイヤルズ」のコーチ経験を持つ高橋直樹さんを招き、「成功のために意識改革を」とコーチ時代に学んだことや興味深い経験が話されました。



のために意識改革を」とコーチ時代に学んだことや興味深い経験を話されました。

OH! LA! HOビール蔵出し会

1月2日、湯楽里館大広間で平成22年度OH!LA!HOビール蔵出し会が行われました。この日最初に入館されたお客様と、(株)信州東御市振興公社代表取締役の花岡市長らで蔵出しのテープカットが行われ、来館していた約80名のお客様に初蔵出しの地ビールが振る舞われ、その味を楽しみました。



出しのテープカットが行われ、来館していた約80名のお客様に初蔵出しの地ビールが振る舞われ、その味を楽しみました。

新年の思いをこめて



1月5日、中央公民館で第6回新春書き初め大会が市文化協会書道部会の指導で行われました。参加者は小学1年生から一般の方で、手本を見ながら新年の思いを筆にこめて書きあげていました。

今年も元気で過ごせますように



1月15日、市内の保育園でどんど焼きが行われました。中央保育園では、各家庭より持ち寄ったしめ縄やだるまのほか、園児の書き初めを焼き、今年も元気に健康で過ごせるようお願いしながら、前日園児たち自らが作ったまゆ玉を焼いて食べました。

1・12
▼株式会社エフエムとうみ
設立発起人会（舞台が丘
会館）



1・1
▼元旦マラソン・ウォーキング（田中地区生涯学習
まちづくり推進協議会・
田中地区分館長会主催、
田中コミュニティセン
ター発着）



12・31
〜1・1
▼八重原諏訪神社
二年参り
信州御牧太鼓保存会打ち
収め・打ち初め



できごとと短信

平成22年
2月1日発行

●発行／長野県東御市 ●編集／東御市役所総務部企画課 〒389-0592 長野県東御市東281-2
●TEL (64) 5806 FAX (63) 5431 E-mail shino-tomi@city.tomi.nagano.jp
●東御市ホームページ http://www.city.tomi.nagano.jp
●印刷／田口印刷株式会社



▲事業発表会で抱負を話す藤木さん

地域の食掘り起こしプロジェクト

食による地域づくり

とうつみ食育の里 ⑪

今年度、農林水産省から選ばれた「地産地消の仕事人」藤木徳彦さんを地域の食掘り起こしプロジェクトのアドバイザーに迎えて、地域食材の認知度の向上と東御市らしい、親しみやすい農産物や加工品の改良、

開発を進めています。

藤木さんは、茅野市で地元食材にこだわったレストラン経営のほか、地域食材を利用したメニュー作りや料理講習会などのアドバイスを多方面で手掛けています。

地元に住んでいる私たちは、身近にあるものの素晴らしさになかなか気づくことができません。外部の目で見直し、プロの手で磨きをかけ、地域の方々が「食」をとおして地域資源の価値を認識し、ブランド化に向けた取り組みがこのプロジェクトの目的です。

東御市らしさがあふれるおもてなし料理を広く市外へ発信するために、2月18日から24日までの7日間、JR長野駅構内に「くるみの里東御市エキナカピストロ」をオープンしま



▲藤木さんの目にとまり、メインの食材となったサフォーク

す。藤木さんの考案する創作料理と地ビールやワイン特区1号ワイン、スイーツを多くの皆様に楽しんでいただく企画です。この機会にこだわりの地域特産品で創造する期間限定メニューをお楽しみください。

今後は、市内でも創作料理やスイーツが味わえ、多くの方に親しまれる場所を提供していきますと考えています。

地域の食掘り起こしプロジェクト事務局
農林課 中谷節子



編集後記

▼ふるさとCM大賞NAGANOで大賞を受賞した市のCMご覧になったでしょうか。CMの展開が分かっていても、テレビの前で笑みがこぼれてしまいません。▼1月18日には、CMを制作した「とうつみ市ビテオクラブ」の金井会長と立案から制作の中心となった手塚さんが市役所を訪れ受賞の喜びを報告しました。歓談の中で今後の展開に話が及び、くるみ力士のマスケット制作などが上がっていました。周囲からの反響も大きく、実物を見たいという市内小学校もあるそうです。▼くるみの殻に紙で作った顔と「まげ」を付けたくるみ力士。「自分だけのくるみ力士」を誕生させ、「市内一帯でくるみ相撲やっちゃってまうす」というのも楽しそうですね。(市報担当 大塚)



受賞を喜ぶ金井会長(中央)と手塚さん(右)

人の動き

(1月1日現在)

世帯数

11,469世帯(+2)

総人口

31,793人(+6)

男 15,599人(+16)

女 16,194人(-10)

転入 66人(+5)

転出 54人(-9)

出生 20人(-3)

死亡 26人(-5)

※カッコは12月対比

東御市役所はチーム・マイナス6%に参加しています