



とうみ雷電の里

「祝賀能」

10月1日(土) 13時開演

全席指定 3,500円

第一部 講演「刀を打つ」刀匠 宮入法廣 長野県無形文化財、正宗賞受賞

第二部 能楽 大蔵流狂言「三番三」四世 山本東次郎 師

宝生流能「小鍛冶」二十代宗家 宝生和英 師

・東御市文化会館 ・ながこしカメラ ・グリーンボックス・タカギ ・平安堂(旧店、上田とお野店) ・ヒオキ楽器佐久平店

「能・狂言に親しむ」とうみ雷電の里祝賀能併設展/刀匠 宮入法廣 作刀展

9月23日(金・祝)～10月2日(日) 東御市文化会館展示室

能楽体験講座

10月1日(土)

11時～12時

プレイガイドで
好評発売中!

■拝啓 合奏練習のお相手いたします。楽しさ無限に広げましょう!

初心者限定

「その楽器、人と合わせてみませんか？」

楽器を始めたけど、人と合わせた事がない…。あなた以外の楽器は、当館スタッフが担当します。(ボーカルもOK!)。こちらで用意できるのは

・ギター ・ベース ・キーボード ・ドラム ・サキソフォン となります。初心者限定。

詳しくは62-3700 までお問い合わせください。



丸山晚霞記念館 常設展示 アメリカから110年ぶりに里帰りした作品も展示します。9/10(土)～10/30(日)

●好評をいただいた「山岳に焦がれた男たち」展に出展した作品の一部を継続して公開しております。

東御市文化会館

サンテラスホール

お問い合わせ 62-3700

〒389-0515 東御市常田505-1 FAX62-3262

丸山晚霞記念館



没後100年 駆け抜けた青春の軌跡

青木繁デッサン展

10/1(土)～

28歳で早世して100年、日本の近代洋画史上に異彩を放つ続ける青木。今回は、石橋美術館のご厚意により、同館所蔵の「自画像」(油彩)を特別展示いたします。

第11回 私の愛する一点展 10/1(土)～

「絵は絵自体の魅力こそすべて」をモットーに、11年目の今年は100点超の作品が全国から寄せられました。

週刊新潮の表紙を飾ったあの絵 ♪ふるさとの唄がきこえる 谷内六郎展 9/25(日)迄

知らないから、とても私には…と、見過ごさないで! 皆さんの参加が必要です。

★「全国盲人写真展*優秀作品展**」で活躍いただける
ボランティア・ガイドさん募集

トップクラスの研究者研修、活躍中の先輩の指導、大学生との作品制作など、取り組みはたくさん。

皆さん自身の世界を広げるチャンスかも…。みんな初めてのときがあったんです。

詳細は 61-6161 までお電話下さい。 *日本文化協会が選定する展覧会名称です

**長野県元気づくり支援基金助成事業「バリアフリー美術館」事業の中核事業です。この他作品制作なども実施します。



梅野記念絵画館

■389-0406 東御市八重原935-1 ■TEL0268-61-6161 ■9時～17時 ■入館料:高校生以上800円 ■休館日:毎週月曜、祝日の翌日 ■umenakinen@ueda.ne.jp

(「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。」)

科学実験教室参加者募集 「生活の中の不思議を科学しよう」

身のまわりの不思議なことを、実験により体験します。

親子、お友達など、お誘い合わせのうえ、ご参加ください。

●日 時 10月22日(土) 午後1時30分～3時30分

●場 所 中央公民館 第1学習室

●講 師 千葉大学大学院理学研究科 夏目雄平教授

夏目先生は、科学雑誌などで科学を楽しく、
分かりやすく説明することを実践しています。
また、東御市のファンで、海野宿、姫子沢の棚田
などを何度も訪れて、この地域の著書もあります。

●参加費 無料

●定 員 30名 *定員になり次第締め切ります。



平成23年度 いきいき生涯学習塾 ～学校版～

学 校 公 開 講 座

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。中央公民館で行っている、「いきいき生涯学習塾」の学校版ともいえるべき各講座に、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)

☆10月開講の講座のご案内

学 校 名	田中小学校	和小学校	北御牧小学校	東御清翔高校
講 座 名	パソコンの基礎	パソコン ～ウィンドウズの基礎～	書道講座	身近な科学を探る
講座の内容	簡単な文章づくりからはじめて、楽しいコンピューターの活用の仕方を教えます。	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文書ファイル作成	書道の基礎を学びます。	3回シリーズ ①天文観察 ②放射線のお話 ③火山灰の観察 ※道具代等実費がかかります。
開 催 日	10月12日(水) 10月19日(水)	10月12日(水) 10月19日(水) 10月26日(水)	10月21日(金)	10月14日(金) 10月21日(金) 10月28日(金)
時 間	午後7時～午後8時	午後6時～ 午後7時30分	午後7時～ 午後8時30分	午後6時30分～ 午後8時30分
募 集 人 員	20人	10人	10人	20人
会 場	コンピューター室	パソコン室	会議室	天文台理科室
講 師	いのうえ しゅういち 井上 昭一先生	つづき けんじ 都築 健司先生	よだ しゅうじ 依田 周二先生 やなぎさわ しんいち 柳澤 伸一先生	こばやし としふみ 小林 俊文先生 さとう まさのり 佐藤 雅則先生

★申し込み方法 電話またはファックスにてお申し込みください。

★申し込みの締め切り 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。

★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。

※10月3日発行「広報お知らせ版」では、田中・滋野・柵津小学校、東御清翔高校の講座をご案内します。

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

『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思います。
この機会に是非ご参加ください。

△日 時 10月10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30日(金)までにスポーツ係へ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15分)



●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)
☎62-2200 FAX62-3417

平成23年度

「いきいきパソコン講座」受講生募集!

中央公民館では、主に初心者を対象とした“パソコン講座”を次のとおり開講します。

大勢の皆さんの参加をお待ちしています。

◆対 象：パソコン初心者、初級者の方

(どなたでも受講できます。ただし、小中学生は参加できません。)

なお、パソコンは『Windows Vista』を、ワードとエクセルは『2007』を使用します。

◆定 員：定員18名(ただし、応募が5名に満たない場合は、開講しません。)

◆お申し込み方法：9月20日(火)～9月30日(金)までの間に、中央公民館へ電話でお申し込み下さい。なお、定員になり次第締め切ります。

◆受講料：2,000円(初日に持参してください。)

また、別途下記教材の費用1,000円が必要になります。

「自作写真集作成キット、輸入両面用紙10枚(20ページ分)・閉じるための専用リング」

◆会 場：中央公民館2階 パソコン室

◆講座内容：

コース名	開 催 日	時 間	内 容	講 師
講 座 名	10月6日(木) 10月13日(木) 10月20日(木) 10月27日(木)	午後7時～9時	★デジカメの写真を使って自分の家族やペット、旅行などの世界に一冊の写真集をパソコンで作ります。(デジカメを持っていないくても参加できます。)	佐藤 貴

※ご自分のノートパソコンをお持ちになってのご質問等はお受けすることはできますが、講義中は、教室内のパソコンを使用させていただきます。

※講座内でご自宅のパソコンで作成する方法もお教えします。

－次の方が対象の講座です。－

- マウスやキーボードを触ったことがある方
- デジカメや写真を便利に使ってみたい方
- 自分だけの写真集を作りたい方

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

めったに味わえない、生くるみを食する 生くるみ収穫体験ツアー参加者募集

東御市は優良品種「シナノグルミ」発祥の地で、全国的にも「くるみ」の集団栽培の中心地であり生産量は日本一、名実ともに“くるみの里”です。

収穫シーズンを迎え、緑の外果皮がひび割れている「くるみ」を竹竿で、たたいて落とす独特の収穫を体験していただき、「くるみ」の歴史や生育、効能、調理方法などの講義を聴きながら、生の「くるみ」を食するツアーを昨年に引き続き開催しますので、ご参加ください。

なお、定員になり次第募集を締め切ります。

☆日 時：10月2(日) 午前9時～11時30分

☆場 所：東御市サンファーム

☆内 容：くるみの収穫体験、生くるみの試食会、くるみ講座

☆参加費：大人1,000円 小学生500円 定員20名×2回実施

☆集合場所：東御市和3875 湯楽里館駐車場

◆1便 午前8時45分 湯楽里館駐車場集合

9:00出発 → 9:10サンファーム10:20 → 10:30湯楽里館着

◆2便 午前9時45分 湯楽里館駐車場集合

10:00出発 → 10:10サンファーム11:20 → 11:30湯楽里館着

☆申し込み先：東御市農林課 ☎64-5894

主催 東御市 日本くるみ会議

協力 株式会社信州東御市振興公社

当日は……
(株)信州東御市振興公社の
「得だねクーポン券」の
提供がありますので、
温泉でのんびりと、また、
「レストランOH! LA! HO!」では、
秋穫祭限定メニューを
ぜひご利用ください。

●申し込み・問い合わせ先 農林課 農政係 ☎64-5894

能楽への誘い⑧

「祝賀能のあらすじと見どころ」

今回は平成23年10月1日(土)に開催される祝賀能のあらすじと見どころをご案内します。
見どころ満載の番組となっております。大勢の皆さまのご来場をお待ちしております。

◎狂言「三番三」のみどころ

舞の中に田や畑を荒らす鳥飛びのしぐさや種まき爺さんの所作もあり、大地を踏み固める足拍子が特徴的で、大・小鼓と笛のリズム・舞のコラボが舞台を盛り上げます。

◎舞囃子とは？

能のクライマックスの部分に面や装束を付けずに、紋付・袴姿で謡と囃子に合わせ舞う演奏形式です。

「高砂」は結婚式でお馴染みの曲、永遠の愛を願い威風堂々とした舞がみどころです。

「船弁慶」は平家の公達・知盛の亡霊が義経を襲う舞です。豪快な長刀の所作がみどころです。

◎素謡とは？

能の一曲を謡のみで演奏する形式です。

「橋弁慶」は京都五条の橋の上、牛若丸と弁慶の出会い・主従の契りを結ぶお馴染みの人気曲です。若手能楽師のキビキビとした調子、爽快な謡が聴きどころです。

◎能「小鍛冶」のみどころ

狐の姿で現われた稲荷大明神が三条小鍛冶宗近の相槌を勤め名剣「小狐丸」を打上げて帝に捧げ、颯爽と稲荷山めざし橋掛りを行く最終場面の姿は観客を魅了します。

●問い合わせ先 東御市文化会館 ☎62-3700

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 62-5040
 ●送付先 東御市役所総務部企画課 広報担当まで

（株）信州東御市振興公社正社員募集

弊社は、東御市の温泉4施設（湯楽里館・ゆうふるtanaka・御牧乃湯・明神館）・大田区休養村とうぶ・レストランOHILAIHOの管理運営、及び地ビールの製造等を行っています。若いスタッフが多くやりがいのある職場です。明るく元気で接客が好きな方大歓迎です。

- 職種／正社員（フロント・配膳・調理員・ビール工場）若干名
- 資格等／高校卒業以上（調理員については調理師免許要）
- 給与等／当社規定による（経験者優遇）社会保険・雇用保険・諸手当あり
昇給年1回／賞与年2回（定年満60歳）
- 募集期間／9月16日（金）～9月30日（金）
- 選考会／期日、場所については後日連絡します。
（10月上旬を予定）
- 応募方法／履歴書を募集期間に（株）信州東御市振興公社までご提出ください。既卒後就職されたことがない方は成績証明書を添付してください。
（郵送可、期限内必着）
- 応募・問い合わせ先／
〒389-0505 東御市和3875番地
総務部総務課 人事担当 ☎64-0001

障がい者への災害時対応講演会

3.11の東日本大震災を教訓に、障がいを持つ方々への災害時対応について講演会を開催します。大勢の皆さんお越しください。

- 日時／9月29日（木）午後7時～9時
- 場所／東御市総合福祉センター 3階講堂
- 演題／災害時における障がい児・者への対応について
- 講師／万年康男先生（上田養護学校教諭）
- 主催／東御市手をつなぐ育成会
- 問い合わせ先／携帯090-4361-0219（佐藤）

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など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7日（金）午前10時から午後4時まで
- 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」 相談所開設のお知らせ

司法書士による、無料法律相談が下記により実施されます。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1日（土）午後1時～4時
- 場所／東御市288-3
東部人権啓発センター 3階大会議室
- 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
山浦邦博 ☎63-5029

上田創造館臨時休館のお知らせ

10月3日（月）は全館定期清掃、館内機器点検のため臨時休館とします。ご不便をかけますが、どうぞよろしくお願い申し上げます。

- 問い合わせ先／上田創造館 ☎23-1111

不動産評価等の無料相談会のご案内

不動産評価に関する無料相談会を開催いたしますので、お気軽にお出かけください。

不動産評価に関する事項について不動産鑑定士がお答えいたします。（売買、交換、相続、借地、担保、賃貸借等に係る不動産評価）

- 開催日時及び会場／
 - ・上田市 10月3日（月）午前10時～午後4時
上田商工会議所 4階 第1会議室
 - ・佐久市 10月3日（月）午前10時～午後4時
野沢会館（生涯学習センター）103号会議室
- 共催／社団法人 長野県不動産鑑定士協会
社団法人 日本不動産鑑定協会
- 後援／国土交通省・長野県
- 問い合わせ先／（社）長野県不動産鑑定士協会
☎026-225-5228

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 ●フレキシコード貼り替え
●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

（広告欄）

法務局なんでも相談所開設のお知らせ

法務局では、不動産登記、会社・法人の登記、戸籍・国籍、供託、人権擁護などの事務を取り扱っています。

土地、建物の相続や贈与などの登記に関すること、戸籍の届出や帰化申請に関することなど、お気軽にご相談ください。なお、相談料は、もちろん無料で、秘密は固く守ります。

相談は法務局職員がお受けいたします。

- 開設日／第1回 10月29日(土)
第2回 11月26日(土)
- 時間／午前10時から午後3時まで
- 場所／上田市踏入1-3-29
長野地方方法務局上田支局 2階
- 問い合わせ先／長野地方方法務局上田支局 ☎23-2001

ちいさがた福祉会 ホームヘルパー養成スクール(2級課程) 受講生募集

- 対象者／・東御市及び近郊にお住まいで、原則将来介護等の業務に従事する希望のある方
・家庭で介護が必要になり、学びたい方
・団塊の世代で、介護に興味のある方
*ただし、全課程(130時間)に出席できる方
- 期間／10月16日(日)～3月25日(日)
- 会場／介護老人福祉施設 フォーレスト
(東御市常田2-1)
- 定員／30名
- 費用／65,000円(テキスト代込)
- 申し込み方法／

受講申込書に必要事項を記入の上、9月30日(金)までに郵送またはファックスにて申し込みください。受講申込者が多数の場合は、抽選にて受講決定を致します。(受講申込書は、下記の申し込み・問い合わせ先にてご用

意してあります。)

- その他／・特別な理由で欠席された場合のみ、レポート提出に代えることができます。(演習・実習は不可)
・全講習科目を受講した終了者には「訪問介護養成研修2級課程修了証明書及び携帯用証明書」を交付いたします。
- 申し込み・問い合わせ先／
社会福祉法人ちいさがた福祉会
「ちいさがた福祉会ホームヘルパー養成スクール」係
〒389-0506 東御市祢津351-1
☎63-6660 FAX63-6272

9・10月は

「自動車点検整備推進運動」の強化月間です

自動車の不具合による交通事故や公害の防止を図ることを目的として、日常点検整備、定期点検整備を実施しましょう。

『あなたと地球にやさしい、クルマの愛情点検』

点検・整備の詳しい内容については、

<http://www.tenken-seibi.com>でご確認ください。

- 問い合わせ先／北陸信越運輸局長野運輸支局
検査・整備・保安部門 ☎026-243-5525

不動産評価等の無料相談会

不動産評価に関する無料相談会を開催しますので、お気軽にお出かけください。

売買、交換、相続、借地、担保、賃貸借等に係る不動産評価に関する事項について、不動産鑑定士がお答えします。

- 日時／10月3日(月) 午前10時～午後4時
- 会場／・上田商工会議所4階 第1会議室
・野沢会館(生涯学習センター) 103号会議室
- 問い合わせ先／(社)長野県不動産鑑定士協会
☎026-225-5228

児童扶養手当の現況届はお済みですか

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。

*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

営利を目的としない 助けあいの制度

① 共済金を 貰う先に

何よりもまずは共済金。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! 平成22年度も、掛金の8割強が共済金と割戻金に当てられました。

掛金還元率...84.6%
この部分でご加入者へ還元されます



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/>

[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 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

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全金融機関からいずれか一方も指定ください。※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〉

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 ※2歳児歯科健診の際は歯ブラシ・コップをお持ちください。

期 日	内 容	対 象 者	期 日	内 容	対 象 者
9月20日(火)	3歳児健診	平成20年7月生まれの人	10月18日(火)	3歳児健診	平成20年8月生まれの人
21日(水)	10か月児健診	平成22年11月生まれの人	19日(水)	10か月児健診	平成22年12月生まれの人
22日(木)	2歳児歯科健診	平成21年7月生まれの人	20日(木)	2歳児歯科健診	平成21年8月生まれの人
27日(火)	1歳6か月児健診	平成22年3月生まれの人	25日(火)	1歳6か月児健診	平成22年4月生まれの人
28日(水)	4か月児健診	平成23年5月生まれの人	26日(水)	4か月児健診	平成23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・対象者	日 程	注 意 事 項
BCG 生後3か月～6か月未満児	10/7(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か月未満で受けなければなりません。
ポリオ 生後3か月～7歳半まで	10/4(火) 10/11(火)	・接種後27日間は他の予防接種は受けられません。 ・治療中または経過をみている病気がある場合には、主治医に相談してから予防接種を受けましょう。

●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	生後3か月を過ぎたら 早目に	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。
	追加	初回接種(3回目)の1年～ 1年6か月の間に1回接種	初回接種終了者		
麻しん風しん 混合ワクチン	第1期	期間内に1回接種	生後1歳から2歳未満児	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。 ◎接種期間は平成24年3月31日までです。未接種の者はできるだけ早めの接種を。
	第2期	期間内に1回接種	平成17年4月2日～ 平成18年4月1日生		
	第3期	期間内に1回接種	平成10年4月2日～ 平成11年4月1日生		
	第4期	期間内に1回接種	平成5年4月2日～ 平成6年4月1日生		
日本 脳炎	1 初回	6日～28日までの間隔で 2回接種	満3歳から及び平成7 年6月1日生～平成19 年4月1日生の1期末 終了者	通 年	・接種後6日間は他の予防接種は受けられません。 ◎法の改正により、平成7年6月1日生～平成19年4月1日生(7歳半～9歳未満を含む)の1期終了者は、希望すれば2期の接種を無料で受けられます。接種回数を確認しましょう。
	追加	初回接種のおおむね1年後 に1回接種			
	2 期	(1期終了後)1回接種	9歳以上で1期終了者 (希望者)		

●ワクチン接種緊急促進事業 (希望者は医療機関に予約、接種料金は無料ー平成24年3月末まで)

*ヒブワクチン・小児用肺炎球菌予防ワクチン予防接種

対象者：生後2か月から5歳未満児

*子宮頸がんワクチン予防接種(高校2年生相当年齢の女子は、9月30日までに初回接種をした方が助成対象です)

対象者：中学1年生から高校2年生相当年齢の女子。接種回数等、詳しくは個人通知をご覧ください。

●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	区 名	電話番号	医 療 機 関 名	区 名	電話番号
祢 津 診 療 所	東町	62-0273	せき内科クリニック	白鳥台	64-7171
長谷川耳鼻咽喉科	田中	62-2006	中 島 医 院	大日向	67-2777
酒 井 医 院	城ノ前	64-3170	東 御 記 念	県	62-1231
さ さ き 医 院	本海野	64-3711	セントラルクリニック		
ほ し や ま 内 科	常田	62-3115	東 御 市 民 病 院	鞍掛	62-0050
春原整形外科クリニック (麻しん風しんのみ実施)	常田	64-6200	東 御 市 立 みまき温泉診療所	布下	61-6002

◎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・栄養士
- ※乳幼児健康相談・育児相談・離乳食相談など
お気軽におでかけください。



◎もぐもぐ離乳食教室

- ・と　　き　10月13日(木)
- ・受付時間　午前9時30分～9時45分
- ・と　　ころ　市保健センター
- ・対　象　児　平成23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。

◎断酒会

- ・と　　き　10月24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。

◎生活習慣病相談

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

◎精神保健相談(予約制 ☎64-8882)

- ・と　　き　10月13日(木)
午後2時～3時30分　2名まで
- ・と　　ころ　市保健センター
- ・内　　容　精神科医等による心の相談を行います

◎精神障がい者デイケア

＜憩いの時間＞

- ・と　　き　10月5日(水)、12日(水)、26日(水)
午前10時～午後3時
(お好きな時間に自由にご参加ください。)
- ・内　　容　ティータイム(お茶会)
- ・場　　所　東御障がい者相談センターさくら
- ＜レクリエーション＞
- ・と　　き　10月19日(水)
午前9時30分～正午
- ・内　　容　交流、外出
- ・場　　所　東御障がい者相談センターさくら
- ・問い合わせ先　東御障がい者相談センターさくら
☎63-1220
福祉課福祉援護係
☎64-8888

◎花みずき会(こころのボランティア)

- ・と　　き　10月11日(火) 午後1時から
- ・と　　ころ　中央公民館2階 和室
- ・問い合わせ先　福祉課福祉援護係 ☎64-8888
- *興味のある方はどなたでも参加できます。

◎陽だまりの会(精神障がい者家族会)

- ・と　　き　10月11日(火) 午前10時から
- ・と　　ころ　総合福祉センター3階 301研修室
- ・問い合わせ先　福祉課福祉援護係 ☎64-8888

⊕ 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 18日 春原整形外科クリニック ☎64-6200 常 田
- 25日 みまき温泉診療所 ☎61-6002 布 下
- 10月 2日 中 島 医 院 ☎67-2777 大日向
- 9日 東御記念セントラルクリニック ☎62-1231 県
- 16日 ほしやま内科 ☎62-3115 常 田
- 23日 酒 井 医 院 ☎64-3170 城ノ前
- 30日 東 御 市 民 病 院 ☎62-0050 鞍 掛

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 18日 おぎくぼ歯科医院 ☎75-8026 上田市常田
- 19日 田 中 歯 科 医 院 ☎24-5566 上田市住吉
- 23日 井 出 歯 科 医 院 ☎22-3523 上田市常磐城
- 25日 三 井 歯 科 医 院 ☎27-7622 上田市住吉
- 10月 2日 まるこ歯科クリニック ☎43-3660 上田市中丸子
- 9日 布 施 歯 科 医 院 ☎24-1671 上田市古里
- 10日 峯 村 歯 科 医 院 ☎22-1322 上田市中央
- 16日 中 沢 歯 科 医 院 ☎22-3688 上田市中央
- 23日 岩 倉 歯 科 医 院 ☎22-5391 上田市中央西
- 30日 北上田歯科医院 ☎27-8190 上田市中央北

※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

**東日本大震災における原子力発電所の
事故による被害を受けられた方へ**
～『長野県及び東御市』からのお知らせ～

大震災における原子力発電所の事故による被害を受けられた方は、その被害を受けられた状況により、地方税の軽減措置等を受けられます。軽減措置等を受けるためには、手続きが必要となる場合もありますので、詳細については、長野県税務課（☎026-235-7046）又は『東御市税務課（☎62-1111 内線1161、1171）』にお問い合わせください。

●県税関係

1. 自動車税等の非課税措置

警戒区域内にあった自動車で永久抹消登録がなされた自動車には、平成23年3月11日にさかのぼって自動車税は課されません。また、警戒区域内にあった自動車で永久抹消登録等がなされたものに代わる自動車を取得した場合、自動車取得税及び平成25年度分までの自動車税が非課税となります。

2. 不動産取得税の軽減措置

警戒区域内にあった家屋やその敷地に代わる家屋・土地を取得した場合、不動産取得税の軽減措置を受けることができます。

●市税関係

1. 固定資産税・都市計画税の軽減措置

警戒区域内にあった住宅用地や家屋に代わる土地・家屋を取得した場合、固定資産税・都市計画税の軽減措置を受けることができます。

なお、警戒区域・計画的避難区域・緊急時避難準備区域等のうち市長村長が指定する区域内の土地や家屋には平成23年度分の固定資産税・都市計画税は課されません。

2. 軽自動車税の非課税措置

警戒区域内にあった軽自動車で自動車検査証の返納等がなされた軽自動車には、平成23年3月11日にさかのぼって軽自動車税は課されません。また、警戒区域内にあった自動車・軽自動車で永久抹消登録等がなされたものに代わる軽自動車を取得した場合、平成25年度分までの軽自動車税が非課税となります。

●問い合わせ先 税務課 住民税係・資産税係 ☎62-1111(代表)
長野県税務課 ☎026-235-7046

きのこ中毒予防月間 9月20日(火)～10月19日(水)

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。

毒きのご中毒防止の極意

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1日(土)・2日(日)
(午前10時～午後4時)

・展示日 10月1日(土) 午前10時30分～午後4時
10月2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(祝日等により前後します。)
午後 2 時～ 3 時30分

●問い合わせ先 健康保健課 保健係 ☎64-8882

できることから始めよう!

とうみエコライフDAY2011

とうみ
東御の日 10月3日(月)



今年で4回目を迎える『とうみエコライフDAY』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」という日です。

地球温暖化対策は、今すぐ私たちが行動に移さなければいけない緊急課題です。この日をきっかけに、日ごろの生活を見直しエコライフDAYを続けていきましょう。

参加方法 ～まずは行動を!!～

①チェックシートの確認

次ページからチェックシートになっています。
(市のホームページからもダウンロードできます) 日ごろの生活をちょっと見なおすことで、温暖化の原因となる二酸化炭素の排出が削減できます。



②10月3日 とうみエコライフDAY

環境のこと、地球温暖化防止について考えて生活してみましょう。



③チェックシートの回収

★記入したチェックシートは次の場所で回収しています。

中央公民館1階・2階、北御牧庁舎、
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

★郵送やメールなどでも回答できます。

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



チェックシート提出は、10月18日(火)までをお願いします。

当日の削減量などの結果は、市報とうみや市ホームページで報告します。

環境のことを考えて
東御の日
10/3
エコライフDAY2011
生活しましょう

ストップ温暖化

あなたが減らせる二酸化炭素はどのくらいでしょうか

一般用 (高校生以上)

地区

できたこと全てに○をつけてください。

あなた

家族もさそってね

電気・ガス	誰もいない部屋の明かりを消した。	23	↓	23	↓	23	↓	23	↓	23
	見ていないときは、テレビを消した。	40	↓	40	↓	40	↓	40	↓	40
	電化製品を使わないときは、主電源を切るかプラグを抜いた。	54	↓	54	↓	54	↓	54	↓	54
	コンロの炎が鍋底からはみ出さないようにした。	14	↓	14	↓	14	↓	14	↓	14
	お風呂はさめないうちに、みんなが続けて入った。	230	↓	230	↓	230	↓	230	↓	230
食	ご飯やおかずを残さず食べた。	35	↓	35	↓	35	↓	35	↓	35
	近くの産地でとれたものを食べた。	40	↓	40	↓	40	↓	40	↓	40
	旬のものを食べた。	5	↓	5	↓	5	↓	5	↓	5
資源	レジ袋をもらわなかった。	56	↓	56	↓	56	↓	56	↓	56
	マイボトルを持ち歩いた。	56	↓	56	↓	56	↓	56	↓	56
	エコ商品を使った。(省エネ電球や省エネ家電など)	99	↓	99	↓	99	↓	99	↓	99
	ごみ出しルールにしたがって分けた。	102	↓	102	↓	102	↓	102	↓	102
水	ティッシュペーパーをむだに使わなかった。(手や汚れを拭くときなど)	4	↓	4	↓	4	↓	4	↓	4
	水を流しっぱなしにしなかった。(歯みがきやシャワーのときなど)	11	↓	11	↓	11	↓	11	↓	11
	シャンプーや台所用洗剤などを使いすぎず適量使った。	46	↓	46	↓	46	↓	46	↓	46
車	自動車やバイクを使わずに、徒歩・自転車・バス・電車を利用した。	328	↓	328	↓	328	↓	328	↓	328
		g		g		g		g		g

※数字は、一日で減らせる二酸化炭素量 (g) です。

○のついた数字を
合計してください。



この合計が

減らせた二酸化炭素の量になります。

「マイボトルを持ち歩いた。」…56g
一人が1日に購入しているペットボトル入り飲料は、平均0.4本。
この製造時や原料などの輸送時、廃棄時に、56gのCO2が発生
します。この分を減らせます。

ご協力ありがとうございます。

主催：東御市・東御市環境市民会議

平成23年度 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23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)

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。

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。

(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



(H23上小地域の協力獣医師一覧)

病 院 名	住 所	電 話 番 号
アスギヤード動物病院	東御市八重原2960	67-3131
あらき動物病院	東御市海善寺432-7	63-5053
土屋動物病院	東御市常田568	62-1295
あきやま動物病院	上田市上田1495-4	26-6610
アークペットクリニック	上田市中之条491-16	23-6750
アリス獣医科病院	上田市踏入2-18-35	25-1122
どうぶつクリニック	長和町長久保150-153	68-0284
はせがわ獣医科病院	上田市常田3-2-9	22-3360
ポウ動物病院	上田市常田2-12-40	23-6910
まるこ動物病院	上市長瀬3424-1	42-7630
ロゴス動物病院	上田市神畑113-1	27-6236
近藤動物病院	上田市下丸子320	41-1522
金井動物病院	上田市住吉2999	22-5506
上田犬猫病院	上田市常田2-31-11	22-1466
中島動物病院	上田市本郷790-11	38-7725

●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

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

10/19(水)	午前	東 深 井 公 民 館	曽根公民館	田沢公民館	サンライズ ホー ル		
11/ 9 (水)		9：50～ 10：00	10：10～ 10：20	10：30～ 10：40	11：50～ 11：30		
11/30(水)							
12/21(水)							
1/25(水)	午後	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
2/15(水)		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/ 7 (水)							

2コース	10/5(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
	10/26(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
	11/16(水)							
	12/7(水)							
	1/11(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
	2/1(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
	2/22(水)							
	3/14(水)							

コース	10/12(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		
	11/2(水)								
	11/24(木)	前	10:00～ 10:10	10:20～ 10:30	10:40～ 10:50	11:00～ 11:10	11:20～ 11:30		
	12/14(水)								
	1/18(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
	2/8(水)								
	2/29(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
	3/21(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



図書館だより 新着本案内



▶ 一般書

- 私たちにたいせつな生物多様性のはなし
枝廣 淳子・著
- デザイナーベイビー
岡井 崇・著
- 小説あります
門井 慶喜・著
- ポニーテール
重松 清・著
- 翼のある依頼人 慶子さんとお仲間探偵団
柄刀 一・著
- 共鳴
堂場 瞬一・著
- 自立神経失調症の治し方がわかる本
村上正人・則岡孝子・著
- 女獵師 わたしが獵師になったワケ
田中 康弘・著
- 時刻表に載っていない鉄道に乗りに行く
おとなは青春鉄道で遊ぶ 通森 慶・著
- 味つけはしょうゆ、砂糖、塩だけ！
美味おかず読本 山田 富起子・著
- だれでも作れる万華鏡 子どもから大人まで
楽しく作って遊べる！ 輝木 公子・著
- 天の方舟
服部 真澄・著
- うばい合えば足らぬわけ合えばあまる
相田 みつを・著
- 和の道具の使い方 野遊びから防災まで
平山 隆一・著
- 眠れないあなたに 睡眠科による不眠の医療
塩見 利明・著
- はじめての木工 誰でも作れる！ 簡単木工入門
学研パブリッシング・監

▶ 児童書

- ヒット商品研究所へようこそ！
こおやま のりお・著
- 花のお江戸の金魚芝居
岩崎 京子・作
- おうさまジャックとドラゴン
ヘレン・オクセンバリー・絵
- おばけのチョウちゃん
長野 ヒデ子・作
- 教会ねずみとのんきなねこ
グレアム・オークリー・作
- 宇宙の迷路 太陽系をめぐる
銀河のかなたへ！ 香川 元太郎・作
- ゆらゆら橋からおんみょうじ
広瀬 寿子・作
- ゆうれいなっとう
大島 妙子・絵
- ばけばけばけばけばけたくん おみせの巻
岩田 明子・作
- ワニくんのいえ
みやざきひろかず・作
- ハエのアストリッド
マリア・ヨンソン・作
- 狛犬「あ」の話
柏葉 幸子・作
- 図書館の日曜日
村上 しい子・作
- がたびしくん
たしろ ちさと・作
- チームみらい
吉野 真理子・作

◆10月の行事予定◆

☆「和こども文庫」による おはなし子ども会

日 時：10月15日(土) 午前10時30分から

場 所：図書館2階 読書会室

テーマ：《秋をみつけた》

内 容：絵本読み聞かせ

「どんぐりむらのぼうしやさん」ほか
工作

「清水さとみ先生によるおりがみ教室」

・ぶどう ・くま

* 10月14日(金)はお話し会があります。

時間・場所：子どもフロアーにて 午前10時30分から

対 象：就園前のお子さん



火のアートフェスティバル2011

芸術・文化による祭典

10月8日(土) 12:00~20:00

9日(日) 10:00~15:00

★芸術のワークショップ

- ・作陶、絵付け
- ・フルーツカービング
- ・チェンソーアート
- ・アートキャンドル
- ・ガラス絵
- ・森のかじやさん
- ・鉄くずアート
- ・野点
- ・小物
- ・炭焼き
- ・パントマイム
- ・けん玉

★刀匠宮入法廣展

★野外ステージ

★とうみの味

★陶器・クラフト市

★フリーマーケット

※詳細については、10月3日発行の
「市報お知らせ版」をお待ちください。

8日(土) 午後5時15分
キャンドルナイト
復興への祈り
「祈」の一字を照らし出す。
「翼をください」の調べにのせて、

●問い合わせ先 火のアートフェスティバル実行委員会
(総合支所 地域振興係内) ☎67-3311(代表) FAX67-3337

とうみチャンネル 9月17日~10月4日の番組案内

「とうみチャンネル」は、とうみケーブルテレビと上田ケーブルビジョンに加入されている方で、STB(ケーブルテレビ専用デジタルチューナー)が設置されているテレビでご覧いただけます。

9月17日(土)	月刊とうみチャンネル8月号	26日(月)	第32回 東御市舞踊発表会~後半~(再)
18日(日)	第8回 東御市水泳大会 (8月27日市民プール)	27日(火)	ジュニア野外体験学校宿泊キャンプ(再)
19日(月)	北御牧地区夏まつり みまきニュードカンコ(8月14日北御牧グラウンド)	28日(水)	県議会広報番組「こんにちは県議会です」(再) ~長野県議会6月定例会から~
20日(火)	平成23年度 東御市青少年育成市民会議(再) 東御市セーフティーネットアドバイザーの寸劇	29日(木)	第8回 東御市水泳大会(再)
21日(水)	第32回 東御市舞踊発表会~前半~(再)	30日(金)	Weekly! ウィークリーとうみ ~東御市内の話題~
22日(木)	第32回 東御市舞踊発表会~後半~(再)	10月1日(土)	とうみ混声合唱団 第15回定期演奏会 (9月4日 東御市文化会館サンテラスホール)
23日(金)	第7回 東御市民まつり-東御どすこいSUNSUN- (ハートつないで TOMI, to me) ~中継録画放送~	2日(日)	平成23年度第2回東御市生涯学習市民大学講座 「地震講座(地震と防災の話)」 講師:泉谷恭男先生(信州大学工学部教授)
24日(土)	第37回「日本ケーブルテレビ大賞」番組アワード 第1部:贈賞セレモニー 第2部:特別講演・作品上映会 第3部:パネルシンポジウム	3日(月)	第8回 東御市長旗 わんぱく少年野球大会①(再) 北御牧少年野球スポーツ少年団 vs 和スポーツ少年団
25日(日)	第32回 東御市舞踊発表会~前半~(再)	4日(火)	第8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

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。(9月24日~29日までを除く)

	番組	<毎週金曜日放送>Weekly!ウィークリーとうみ
本放送	19:30	7:00
再放送	(当日) 23:00 (翌日) 7:00 10:00 13:00 16:00	10:00 13:00 16:00 20:00 23:00

●問い合わせ先 企画課 ケーブルテレビ係 ☎67-2981

最新の番組表は東御市ホームページでもご確認いただけます。

※番組の内容は場合により変更になる事があります。あらかじめご了承ください。



のびのびっこひろば (10月)

時間はいつでも午前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13日(木)・消防署に行こう
午前10時 元調理室前広場に集合

滋野のびのびっこひろば

10月12日(水)・わんぱくピクス みまき未来館
持ち物：汗拭きタオル・着替え
10月25日(火)・運動会 滋野コミュニティーセンター
持ち物：汗拭きタオル・着替え

祢津のびのびっこひろば

10月13日(木)・芝生公園に行こう 現地集合
お昼を取る方：お弁当・シート

和のびのびっこひろば

10月4日(火)・公園で遊ぼう 中央公園
持ち物：可能な方はお弁当持参で。雨天時すくすく
10月18日(火)・運動会 和コミュニティーセンター2階

東部子育て支援センター

“あくあくひろば”からのお知らせ

☎64-5814

- 10月11日(火)・育児座談会(篠原助産師)
(午前10時30分から)
- 10月13日(木)・おもちゃドクター(午前10時~11時)
- 10月17日(月)・ママ~ずのリズム遊び
(午前10時30分~11時30分)
- 10月24日(月)・ママ~ずのおはなし絵本
(午前10時30分~11時)
- 10月26日(水)・くまさんクラブすくすく相談
(芹沢相談員-けんか・いじわる)
(午前10時~11時30分)

北御牧子育て支援センター

“みまき未来館”からのお知らせ

☎67-3676

- 時間はいつでも午前10時~11時30分です。
- 10月5日(水)・ふれあい広場(戸谷先生)
 - 10月12日(水)・わんぱくピクス(身体)
 - 10月18日(火)・0歳児のママ広場
 - 10月27日(木)・おもちゃドクター
 - 10月28日(金)・描こう!作ろう!(深町先生)

ほけっとひろばのご案内

時間はいつでも午前10時~11時30分です。

- 10月6日(木)・田中ほけっとひろば
- 10月7日(金)・祢津ほけっとひろば
- 10月14日(金)・滋野ほけっとひろば
- 10月19日(水)・和ほけっとひろば
- 10月21日(金)・北御牧ほけっとひろば(運動会)

10月の園開放のお知らせ

海野保育園 ☎62-2800

10月18日(火) 午前9時30分~11時

- *運動会ごっこをしましょう。
親子で運動のできる服装で来てください。
- 10月30日(日)
- *海野わらしこ祭りへどうぞ。
バザーや、保育説明、本格的なクラシックコンサートがあります。コンサートは無料で、子どもさんといっしょに参加でき、午後1時~2時です。
バザーは午前10時~午後3時までです。

くるみ幼稚園 ☎62-0164

10月1日(土) 午前8時30分~正午

- *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)
- 10月7日(金) 午前10時30分~11時30分
- *人形劇を観よう。(ピーターパン)

田中保育園 ☎62-1602

10月1日(土) 午前8時30分~正午

- *運動会にお出かけください。
(参加種目は、午前10時30分頃の予定です)

滋野保育園 ☎63-6468

10月1日(土) 午前8時45分~正午

- *運動会にお出かけください。
(参加種目は、午前10時30分頃の予定です)

祢津保育園 ☎63-6816

10月1日(土) 午前8時45分~正午

- *運動会にお出かけください。
(参加種目は、午前10時30分頃の予定です)

和保育園 ☎63-6815

10月1日(土) 午前8時45分~正午

- *運動会にお出かけください。
(参加種目は、午前10時30分頃の予定です)

西部保育園 ☎63-6469

10月1日(土) 午前8時45分~正午

- *運動会にお出かけください。
(参加種目は、午前10時30分頃の予定です)

東保育園 ☎62-3291

10月1日(土) 午前9時~正午

- *運動会にお出かけください。
(参加種目は、午前10時頃の予定です)

北御牧保育園 ☎67-2093

10月1日(土) 午前8時45分~正午

- *運動会にお出かけください。
(参加種目は、午前10時30分頃の予定です)

田中地区ふるさと散策

恒例の「田中地区ふるさと散策」、今年度は本海野区です。

区内の神社や記念館などを巡り、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1日(土) 午前9時～正午

(集合；午前8時50分)

○集合場所 本海野ふれあいセンター（白鳥神社隣）

○講 師 小野 貞雄さん、石和 進さん、石和 大さん

○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、本海野学習センターでの学習とします。

○散策コース

白鳥神社→海野宿資料館→矢島行康記念館→玩具展示館→海野宿本陣跡

○参加をされる方は、集合時間までに本海野ふれあいセンターへお集まりください。

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

ともに生きる社会 自分らしく生きるために みんなで考え、話し合おう 和地区 人権啓発学習会

下記日程のとおり、滋野地区における人権啓発学習会を開催します。私たちの身のまわりにある人権問題を、他人事でなく身近な問題としてみんなで集まり、考え、話し合ってみませんか。

隣近所にも声を掛け、ぜひお出かけください。

月 日	分 館（会場）名	月 日	分 館（会場）名
10月3日(月)	東上田公民館	10月13日(木)	西深井公民館
10月4日(火)	田沢公民館	10月14日(金)	西入・東入（東入公民館）
10月5日(水)	大川公民館	10月17日(月)	日向が丘公民館
10月6日(木)	栗林公民館	10月18日(火)	海善寺北公民館
10月7日(金)	海善寺公民館	10月19日(水)	寺坂公民館
10月11日(火)	曾根公民館	10月20日(木)	睦区（県営住宅集会所）
10月12日(水)	東深井公民館		

※時間はいずれも午後7時から9時までです。

●問い合わせ先 教育課 人権同和教育係 ☎64-5902

10月・11月に

「オフトーク通信宅内装置」を回収します

東部地区の皆さまにご利用いただいているオフトーク通信の「宅内装置」と「スピーカー」について、9月30日のオフトーク通信終了後に下記の日程で回収を行います。

お手数ですが、ご家庭のオフトーク通信の「宅内装置」や「スピーカー」を取り外していただき、お近くの公民館や、地区公民館にお持ちいただくようお願いします。

また、回収日程に関わらず、平日の午前8時30分から午後5時まで市役所企画課（勤労者会館1階）で回収を行っています。

【ご注意ください!!】

オフトーク通信の「宅内装置」の取り外しが困難な場合や、インターネットやドアチャイム、ガスの警報システム等と連動している場合は無理に取り外さず、「NTT受付担当（☎116）」に連絡していただくか、企画課までご連絡ください。取り外しの際には、手数料がかかります。ご了承ください。

＜日程表＞

日 程	回 収 場 所		日 程	回 収 場 所	
	午前9時30分～11時30分	午後1時30分～3時30分		午前9時30分～11時30分	午後1時30分～3時30分
10月2日(日)	和コミュニティセンター		11月1日(火)	海善寺	西 入
4日(火)	赤 岩	片 羽	3日(木)	曾 根	東深井
6日(木)	桜 井	大 石	6日(日)	祢津公民館	
8日(土)	中央公民館		8日(火)	本海野	西海野
11日(火)	中屋敷	別 府	10日(木)	日向ガ丘	湯の丸
13日(木)	原 口	乙女平	12日(土)	中央公民館	和コミュニティセンター
15日(土)	祢津公民館		15日(火)	東 町	西 宮
18日(火)	東上田	田 沢	17日(木)	奈良原	滝の沢
20日(木)	大 川	栗 林	19日(土)	滋野コミュニティセンター	
23日(日)	滋野コミュニティセンター		22日(火)	常 田	田 中
25日(火)	新 張	加 沢	24日(木)	県	新 屋
28日(金)	出 場	金 井	29日(火)	横 堰	姫子沢
29日(土)	東御市文化会館		※区名の表記は各区公民館になります。 ※11月12日(土)の和コミュニティセンターの回収時間が変更になりました。		
30日(日)	東御市文化会館				

【お願い】

各区公民館や集会所等に設置してある「宅内装置」等についても同様に回収にご協力ください。

●問い合わせ先 企画課 秘書広報係(勤労者会館1階) ☎64-5806 FAX62-5040

秋の全国交通安全運動が始まります

9月21日(水)～9月30日(金)

スローガン … 「信濃路は ゆとりの笑顔と ゆずりあい」

運動の基本 「子どもと高齢者の交通事故防止」

運動の重点

- ☆横断中の交通事故防止（長野県重点）
- ☆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

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。

★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、ゆったりとした気分で運転しましょう。

★タイヤの空気圧は適正に。

- ・タイヤの空気圧が不足すると、より多くの燃料を消費します。適正な空気圧で走行するようにしましょう。
- ・タイヤの空気は時間がたつと自然に抜けていきます。見た目では分かりにくいので、定期的にチェックする習慣をつけましょう。



●問い合わせ先 市民課 生活環境係 ☎64-5896 FAX63-6908

「人権擁護委員による心配ごと相談」の開催

上田人権擁護委員協議会東御市支会では、「人権擁護委員による心配ごと相談」を下記のとおり開催します。

毎日の暮らしの中で起こる人権についての相談（家庭内や近隣での困りごと等）、暮らしの中の悩み事に関する相談など、人権擁護委員の皆さんが相談にのります。どなたでもお気軽に御相談ください。

【開催日時】 10月7日(金) 午前9時～正午

【開催場所】 東御市東部人権啓発センター

* 予約の必要はありません。直接会場にお越しください。

秘密厳守。相談料は無料です。

●問い合わせ先 東御市東部人権啓発センター ☎64-5902

平成23年度 インフルエンザ 予防接種のお知らせ

インフルエンザ予防接種を10月から12月の間で実施します。

インフルエンザ予防接種は、重症化及びまん延の防止を主目的としています。

希望される方の意思で接種する「任意の予防接種」です。

接種日に65歳以上の方は、接種費用の助成があります。

(注意) インフルエンザワクチンについては、重症化や死亡の防止について一定の効果が期待されていますが、感染しないというわけではありません。

また、接種したことで、部位がはれたり、まれに重篤な副反応がでる可能性があります。

☆対象者 市民全員が対象になります。

ただし、1歳未満児については、接種を行っても十分な免疫をつけることが困難であると考えられています。接種を希望される場合は、保護者が有益性とリスクを考慮した上で、医療機関（医師）と相談しましょう。

☆接種回数 13歳未満は2回接種。
13歳以上は1回接種。 } 年齢によりワクチン接種量が異なります。

☆接種費用 医療機関の設定した額で、接種者が全額支払います。

●高齢者インフルエンザ予防接種（接種費用の助成があります。）

◎接種日に満65歳以上の方：自己負担1,000円で接種が受けられます。

65歳以上の生活保護受給者及び中国残留邦人の方は申請により助成があります。

◎接種期間内に65歳以上の方には市から予診票を送付します。

接種を希望する65歳以上の方は、必ず予診票を持参し予防接種を受けてください。

☆注意事項 過去にインフルエンザワクチンの接種を受けて、アナフィラキシー（じんましん、呼吸困難等）をおこしたことがある方は、予防接種を受けることができません。

★市内実施医療機関一覧表

*接種開始日は、医療機関により異なりますので、各医療機関にお尋ねください。

実施医療機関名	電話番号	所在地(住所)
祢津診療所	62-0273	東御市祢津343-2
酒井医院	64-3170	東御市田中800-51
ささき医院	64-3711	東御市本海野1673-1
長谷川耳鼻咽喉科医院	62-2006	東御市県124-3
ほしやま内科	62-3115	東御市常田172-1
せき内科クリニック	64-7171	東御市本海野1496-102
春原整形外科クリニック	64-6200	東御市常田399-1
中島医院	67-2777	東御市八重原2403
東御記念セントラルクリニック	62-1231	東御市県165-1
東御市立みまき温泉診療所	61-6002	東御市布下6-1
東御市民病院	62-0050	東御市鞍掛198

●問い合わせ先 健康保健課 保健係 ☎64-8882 FAX64-8880

とうみ 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。
- あした かつて
・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。
- あした
・家族で語ろう未来の夢
*「東御の日」は、家族の語らい団らんの日です。

◇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入賞者表彰）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(月) 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 やざき かずひろ
矢崎 和広氏
長野県教育委員長、前茅野市長
- 演題 「パートナーシップのまちづくり」

市民主導型まちづくりの先進地である茅野市で、3期にわたり市長を務められた矢崎氏を招き、「茅野市パートナーシップのまちづくり基本条例」制定の背景、市民と行政の協働のまちづくりに必要なことなどについてご講演いただきます。皆さん、ぜひご参加ください。

講師プロフィール

昭和22年1月生

昭和45年 早稲田大学政治経済学部卒業。同年4月ソニーに入社し、8年間在職。主として営業本部（現ソニーマーケティング）に勤務

昭和52年 長野県茅野市に戻り、諏訪貨物自動車(株)ほか数社を経営。

平成7年4月 茅野市長に当選。主な公職としては、長野県市長会会長、諏訪中央病院組合長、茅野市社会福祉協議会会長などを歴任。

平成19年4月 「3期12年」の公約に基づき、茅野市長を退任。

《現在》 長野県教育委員長、諏訪東京理科大学客員教授、諏訪貨物自動車(株)代表取締役会長ほか

●問い合わせ先 総務課 総務係 ☎62-1111(代表)