

- 平成18年度東御市重点施策（2～3）
- 特集平成18年度予算（4～7）
- 4つの健診が大きく変わります（8～9）

▼ハヤシミドリシジミ



カシワ林に生息する緑色のシジミチョウ。祢津城山では6～7月に見ることができる。

蝶の卵を救う

3月9日、祢津地区活性化研究委員会と祢津小学校が「祢津城山バタフライエイド」を行いました。このイベントは、枝払いされたカシワ（柏）に残っているハヤシミドリシジミという蝶の卵を木に戻して小さな命を救おうとするもので、地域住民と小学生はふれあいながら作業を進めていました。みんなが救った卵が無事に蝶に育つといいですね。



平成18年度 東御市重点施策をお知らせします

～「さわやかな風と出会いの元気発信都市」を目指して～

東御市の基本理念と基本方針

東御市は、平成16年4月1日に合併してから3年目を迎えました。平成17年度は、第1次総合計画のもとで市政が展開された初年度であり、市政の実質的なスタートの年でした。

東御市は、基本理念『さわやかな風と出会いの元気発信都市』を目指して、自然環境を守りながら、社会経済状況を的確に把握し、特に環境対策、子育て支援、教育の安心と行財政改革に重点をおいて、真の豊かさを実感できるまちづくりに取り組み、東御市が一体となって市民の元気を全国に発信することができる都市を目指します。

この基本理念を実現するために、自然と共生したまちづくり、一人ひとりを尊重するまちづくり、そして市民と行政の協働のまちづくりという三つの基本方針により、次のとおり平成18年度の重点施策を展開します。



明神池

平成18年度重点施策

1 さわやかさを暮らしに結ぶまち〔生活環境の整備〕

豊かな自然環境を保全し、循環型社会の形成による地球にやさしいまちづくりを進めます。また、快適で安全な生活環境づくりに向けて、道路、排水路の整備と鉄道駅周辺整備や新交通システムへの移行を行い、治山治水、防災対策や防犯、交通安全など安全



▲東部クリーンセンター

なまちづくりを推進します。

◇希少動植物の保護、ブタクサなど外来動植物の防除対策

◇東部クリーンセンターの排ガス対策

◇新交通システムへの移行と田中駅南口の整備

◇小中学校AED配備、子ども見守り隊による安全安心の確保



▲小中学校に配備されるAED
(自動体外式除細動器)

2 活力を産業に結ぶまち〔産業の振興〕

湯の丸高原、海野宿、芸術むら公園や温泉施設の活用と誘導用公共サインの整備による観光の振興を図り、地域商工業を支援しつつ、流通団地等への企業誘致による活力あるまちづくりと各産業の人材育成を行います。

また、基幹産業である農業の重要性を再認識し、地産地消や道の駅などと連携しての農産物、加工品のブランド化を進めます。

◇公共サインによる案内表示、各温泉施設などの有効活用

◇企業誘致、農業基盤の整備による生産振興

◇街路事業などによる市街地活性化



▲公共サインで観光名所や公共施設を案内

3 健やかさ・安心を結ぶまち〔保健・医療・福祉の充実〕

福祉の森、ケアポートみまきを拠点とする保健・医療・福祉の一体化を推進し、介護予防、保健予防を中心としたまちぐるみ健康づくりの推進や医療体制の充実、高齢者や障害者、児童などすべての住民が健やかで安心して暮らせるまちづくりを進めます。



- ◇保健・医療・福祉体制一体化の推進
- ◇障害者タクシー券助成、点訳・音訳広報
- ◇中央保育園の改築、病児・病後児保育体制の整備

◀中央保育園は今年度現在地に建て替えられる

4 未来を担う人を結ぶまち〔教育・文化・スポーツの振興〕

未来のまちを担う人づくりのため、幼保から小中学校、高校まで連携した、子どもたちの生きる力を育む教育を進め、地域全体で子どもを育てる環境をつくることにより青少年の健全育成を図ります。

市民が心豊かに輝いて暮らせるよう生涯学習のまちづくりを更に進め、生涯スポーツのための施設整備を図ります。

地域の伝統や文化の充実を図るため、海野宿、アケボノゾウなど文化財資源、文化会館の整備と郷土出身画家記念館を開館します。



▲建て替えられる田中小学校体育館

- ◇田中小学校体育館改築、小中学生中間教室の運営、食育や学社融合の推進

- ◇丸山晚霞記念館の開館、マレットゴルフ場の建設



◀市長と保育園児の昼食会



▲工事がほぼ終了した丸山晚霞記念館

5 支えあい夢を結ぶまち〔住民と行政の協働〕

政治や経済が変ぼうする中で理想のまちづくりを進めるためには、行政の役割の見直しと住民参加がますます重要になっており、合併による自治体としての基盤を確実に強化した上で、市民一人ひとりの参画を促すことが必要です。

そこで、行政は市民に情報を十分に伝えるとともに市民の意見要望を的確に把握し、市民は自治会などの地域活動のほか、より良いまちづくりのために自らができることを進んで実践し、男女の別や国籍にとらわれず全ての市民が等しく参画できる住民と行政の協働のまちづくりを進めます。

- ◇市民憲章などの制定、新情報通信システムの整備
- ◇地域づくり活動補助などによる協働のまちづくり
- ◇行政評価の仕組みや定員適正化計画などによる行財政改革の推進



▲ますますさかんになる地域づくり活動

この重点施策を基に予算がたてられています。

詳しい予算の内容は次ページから紹介します。

verful TOMI



特集／18年度

元気発信の予算

平成18年度当初予算が3月議会において可決されました。東御市3年目の予算で、ハード及びソフトの両事業に新規事業が多数盛り込まれた予算となりました。

その予算の概要についてお知らせします。



本年度の予算は一般会計と9つの特別会計及び2つの公営企業会計からなっています。

特別会計は、有線テレビ特別会計を一般会計へ編入したため、前年度に比べ1つ減りました。

予算額は、一般会計が135億7千4百万円（対前年度1億3千7百万円、1・0%の増）、国民健康保険特別会計ほか8つの特別会計の合計額が95億3千4百32万円（同1億5千6百46万円、1・7%の増）、

さわやかな風と出会いの

元気発信都市

平成18年度会計別総括表

※一般会計及び特別会計

(単位：千円)

会 計 名 称	平成18年度 予算額(A)	平成17年度 予算額(B)	増 減 差引(A)-(B)	率 (%)
一 般 会 計	13,574,000	13,437,000	137,000	1.0
国民健康保険特別会計	2,763,000	2,405,000	358,000	14.9
老人保健特別会計	2,582,800	2,768,000	△185,200	△ 6.7
介護保険特別会計	1,983,800	1,788,000	195,800	11.0
地域改善地区住宅改修資金等 貸付事業特別会計	13,165	16,302	△ 3,137	△19.2
公共下水道事業特別会計	1,269,000	1,344,000	△ 75,000	△ 5.6
特定環境保全公共下水道 事業特別会計	148,500	156,000	△ 7,500	△ 4.8
農業集落排水事業特別会計	429,700	492,000	△ 62,300	△12.7
工業地域開発事業特別会計	337,000	337,000	0	0.0
公共用地取得特別会計	7,351	7,552	△ 201	△ 2.7
有線テレビ特別会計	廃止	64,000	△ 64,000	皆減
特 別 会 計 合 計	9,534,316	9,377,854	156,462	1.7
総 額	23,108,316	22,814,854	293,462	1.3

※公営企業会計

(単位：千円)

水道事業 会 計	収益的支出	694,954	692,854	2,100	0.3
	資本的支出	355,969	315,538	40,431	12.8
	計	1,050,923	1,008,392	42,531	4.2
病院事業 会 計	収益的支出	1,511,121	1,473,877	37,244	2.5
	資本的支出	15,000	15,400	△ 400	△ 2.6
	計	1,526,121	1,489,277	36,844	2.5

公営企業会計の水道事業会計で10億5千92万円(同4千2百53万円、4.2%の増)、市民病院会計で15億2千6百12万円(同3千6百84万円、2.5%の増)となっています。

verful TOMI

目的別の主な予算

(※印は新規事業)

●議会費

議員報酬、手当等（22名分）・・・11,042万円
議会だより発行・・・260万円

●総務費

※情報通信システム整備事業費・・・5,400万円
※県知事選挙費・・・2,207万円
※市民憲章、市花・市木の制定・・・135万円
※行政評価導入調査委託料・・・50万円

●民生費

※中央保育園改築事業費・・・33,632万円
保育所運営事業費（市立）・・・28,089万円
※病児・病後児保育事業費・・・254万円
介護保険特別会計繰出金・・・28,005万円
老人保健特別会計繰出金・・・20,572万円
国民健康保険特別会計繰出金・・・10,670万円
児童手当費・・・23,220万円
生活保護費・・・13,622万円

●衛生費

上田地域広域連合負担金（排ガス処理施設分）87,150万円
ごみ分別収集費・・・12,080万円
市民病院事業会計繰出金・・・10,265万円
※不妊治療補助金・・・30万円

●農林水産業費

農業集落排水事業特別会計繰出金・・・31,876万円
中山間地域等直接支払制度費・・・10,261万円
土地改良交付金事業 布下地区・・・5,300万円
白水地区・・・2,900万円

※農業振興計画策定委託料・・・120万円
※大豆コンバイン購入補助金・・・380万円

●商工費

※新交通システム構築運行補助金・・・5,560万円
商工会運営補助金・・・1,897万円
市民まつり事業費・・・480万円

●土木費

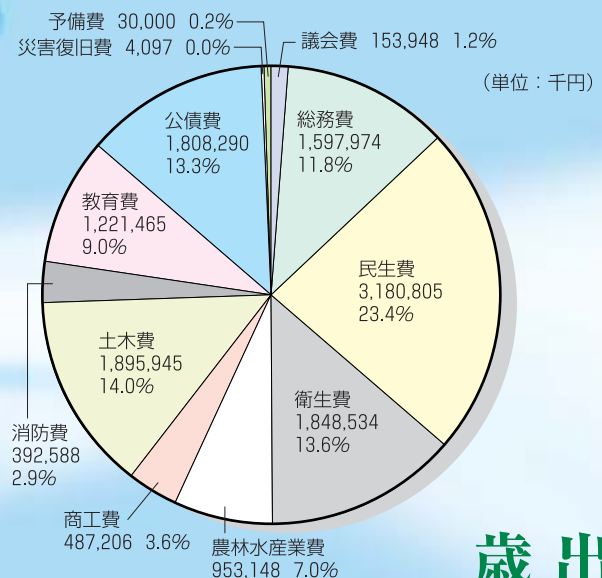
公共下水道事業特別会計繰出金・・・90,561万円
特定環境保全公共下水道事業特別会計繰出金・・・12,211万円
※羽毛山団地第2期工事費・・・28,055万円
※地方道路整備臨時交付金事業費・・・13,206万円
※住宅・建築物耐震化促進事業費・・・273万円

●消防費

上田地域広域連合負担金（常備消防分）27,392万円
※小型動力ポンプ及び積載車購入費・・・800万円
※消防防災班ヘルメット購入費・・・70万円

●教育費

マレットゴルフ場建設事業費・・・7,607万円
※市民プール循環ろ過装置取替え工事費 2,058万円
※中間教室管理運営費・・・287万円
※自動体外式除細動器購入費（5小学校分）150万円



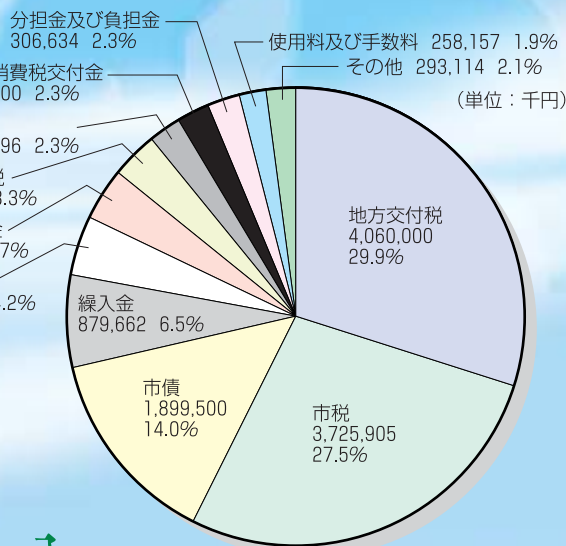
歳出

目的別では、民生費が31億8,081万円で第1位、土木費が18億9,595万円で第2位、衛生費が18億4,853万円で第3位となっています。民生費には中央保育園改築事業費3億3,632万円を、土木費には羽毛山団地第2期工事費2億8,055万円を、衛生費には上田地域広域連合への東部クリーンセンター排ガス高度化処理施設整備事業費負担金8億7,150万円をそれぞれ予算化しました。第4位は公債費で、以下総務費、教育費、農林水産業費、商工費、消防費、議会費の順となっています。合併特例債を活用した事業としては、中央保育園改築事業、排ガス高度化処理施設整備事業費負担金、マレットゴルフ場建設事業など全12事業を計画しました。

歳入

主な歳入は地方交付税40億6,000万円（歳入第1位）、市税37億2,591万円（同第2位）、市債18億9,950万円（同第3位）と、前年度と同様の順位でした。

特別な歳入としては、合併特例債13億3,510万円を見込みました。また、不足する財源を補うため、繰入金8億7,966万円（うち、財政調整基金4億5,100万円）を予算化しました。



さわやかな風と出会いの元氣発信都市

18年度元氣発信の予算

一般会計歳入歳出予算総括表

〔歳入〕
(単位：千円)

款 名 称	H18		H17		増 減	
	予算額 (A)	構成比	予算額 (B)	構成比	金額 (A-B)	率 (%)
市 税	3,725,905	27.5	3,669,638	27.3	56,267	1.5
地 方 譲 与 税	451,000	3.3	291,000	2.2	160,000	55.0
利 子 割 交 付 金	20,000	0.2	23,000	0.2	△ 3,000	△ 13.0
配 当 割 交 付 金	2,000	0.0	2,500	0.0	△ 500	△ 20.0
株式等譲渡所得交付金	2,000	0.0	20	0.0	1,980	9,900.0
地方消費税交付金	310,000	2.3	298,000	2.2	12,000	4.0
ゴルフ場利用税交付金	11,000	0.1	11,000	0.1	0	0.0
自動車取得税交付金	85,000	0.6	83,000	0.6	2,000	2.4
地方特例交付金	86,800	0.6	107,000	0.8	△ 20,200	△ 18.9
地 方 交 付 税	4,060,000	29.9	4,146,000	30.9	△ 86,000	△ 2.1
交通安全対策特別交付金	5,600	0.0	5,600	0.0	0	0.0
分担金及び負担金	306,634	2.3	314,506	2.3	△ 7,872	△ 2.5
使用料及び手数料	258,157	1.9	569,379	4.2	△ 311,222	△ 54.7
国 庫 支 出 金	497,046	3.7	586,988	4.4	△ 89,942	△ 15.3
県 支 出 金	575,786	4.2	544,157	4.0	31,629	5.8
財 産 収 入	30,624	0.2	25,424	0.2	5,200	20.5
寄 付 金	10	0.0	8,088	0.1	△ 8,078	△ 99.9
繰 入 金	879,662	6.5	533,737	4.0	345,925	64.8
繰 越 金	50,080	0.4	50,080	0.4	0	0.0
雑 入	317,196	2.3	315,083	2.3	2,113	0.7
市 債	1,899,500	14.0	1,852,800	13.8	46,700	2.5
合 計	13,574,000	100.0	13,437,000	100.0	137,000	1.0

〔歳出〕
(単位：千円)

款 名 称	H18		H17		増 減	
	予算額 (A)	構成比	予算額 (B)	構成比	金額 (A-B)	率 (%)
議 会 費	153,948	1.2	152,205	1.1	1,743	1.1
総 務 費	1,597,974	11.8	1,523,406	11.3	74,568	4.9
民 生 費	3,180,805	23.4	2,709,023	20.2	471,782	17.4
衛 生 費	1,848,534	13.6	1,855,401	13.8	△ 6,867	△ 0.4
農 林 水 産 業 費	953,148	7.0	1,066,967	8.0	△ 113,819	△ 10.7
商 工 費	487,206	3.6	735,250	5.5	△ 248,044	△ 33.7
土 木 費	1,895,945	14.0	1,657,641	12.3	238,304	14.4
消 防 費	392,588	2.9	380,933	2.8	11,655	3.1
教 育 費	1,221,465	9.0	1,510,303	11.3	△ 288,838	△ 19.1
公 債 費	1,808,290	13.3	1,811,774	13.5	△ 3,484	△ 0.2
災 害 復 旧 費	4,097	0.0	4,097	0.0	0	0.0
予 備 費	30,000	0.2	30,000	0.2	0	0.0
合 計	13,574,000	100.0	13,437,000	100.0	137,000	1.0

〔合併特例債の活用事業〕(単位：千円)

事 業 名	総事業費	うち、合併特例債充当額
中 央 保 育 園 改 築 事 業	336,315	275,500
排ガス高度化処理施設整備事業 (上田地域広域連合負担金の一部)	871,500	827,900
公 共 サ イ ン 設 置 事 業	20,000	19,000
御 牧 原 地 区 道 路 整 備 事 業	18,000	17,100
市 道 2 9 3 号 線 道 路 改 良 事 業	71,715	29,900
市 道 2 9 3 号 線 津 地 区 歩 道 設 置 事 業	40,140	17,100
田 中 ・ 西 海 野 線 道 路 改 良 事 業	15,000	9,000
田 中 駅 南 口 整 備 事 業	37,300	27,100
た な か 街 並 み 景 観 整 備 事 業	30,000	28,500
防 火 水 槽 整 備 事 業	4,500	4,200
小型ポンプ積載車等整備事業	8,000	7,600
マレットゴルフ場建設事業	76,070	72,200
合 計	1,528,540	1,335,100

平成18年度から 4つの検診が大きく変わります

各種健診の精度と利便性の向上を目的として、皆さんにお受けいただく健診の一部で検査方法や対象年齢が変更になります。健診の詳しい内容や健診料金などについては保健補導員を通じて各世帯にお配りする「平成18年度各種健診のご案内〈保存板〉」に掲載いたしますのでご覧ください。

1 胃検診が血液検査とバリウム検査の 2段階方式に変わります

対象：今年度35～79歳（昭和2年4月2日～昭和47年4月1生まれ）のみなさん

東御市では、がんによる死亡のうち胃がんによるものが多数を占めています。

平成18年度から、より検診の精度を高めるため、胃検診は血液検査とバリウム検査の2段階方式に変わります。
この検診では血液検査を実施してから数週間後にバリウム検査（精密検査者は胃カメラ）を実施します。
血液検査はがんを見つけるものではありません。検査後は必ずバリウム検査か胃カメラを受診してください。

<詳しい内容>

①血清ペプシノゲン検査（採血）

胃に萎縮^{いしよく}がないかを調べます。
（対象者：昭和2年4月2日～47年4月1生まれ）



陰性の方

②バリウム胃透視撮影

バリウムと胃を膨らませる薬を飲んだ後、胃のレントゲン検査を行います。

陽性の方

③胃カメラ（医療機関にて）

過去にバリウムを誤嚥^{ごえん}したことがある方も医療機関で胃カメラ検査を受けてください。

2 巡回胸部レントゲン検診の対象者が 65歳以上の方に変わります

対象：今年度65歳以上（昭和17年4月1日までの生まれ）のみなさん

結核予防法の改正により、検診義務付け対象者が65歳以上の方に変更になっています。

●結核レントゲン検診（各地区を巡回して実施）

平成17年度

〈対象年齢〉

40歳以上が対象

平成18年度

〈対象年齢〉

65歳以上が対象



③ 肺がんCT検診の対象者が41歳以上の方になります

対象：今年度41歳以上（昭和41年4月1日までの生まれ）のみなさん

肺がんなどの胸部疾患を早期発見する「肺がんCT」が41歳から受診できるようになりました。

●肺がんCT（保健センターで実施）

41歳以上で年度内に奇数年齢に達する方が対象です。
検診の精度やレントゲン検査による放射線被ばくを少なくするためなどにより、対象の年齢を細かく指定させていただきます。

平成17年度

〈対象年齢〉

50歳以上が対象



平成18年度

〈対象年齢〉

41歳以上で年度内に奇数年齢に達する方



④ 乳房検診の検査方法は年齢によって違います

対象：今年度30歳以上（昭和52年4月1日までの生まれ）の女性のみ

乳房検診は以下の種類があり、年齢によって受けられる検診が違います。対象外の健診はお受けいただけませんので、あらかじめご了承ください。

●視触診（超音波）検診

- 今年度中に30～39歳になる女性（昭和42年4月2日～52年4月1日生まれ）
- 今年度中に75歳以上になる女性（昭和7年4月1日までの生まれ）

●マンモグラフィ検診（乳房のエックス線撮影）

今年度中に40～74歳になる方のうち年度内に偶数の年齢に達する女性。

検診の精度やレントゲン検査による放射線被ばくを少なくするためなどにより、対象の年齢を細かく指定させていただきます。なお、40歳代で奇数年齢になられる方は別途、超音波検診をおすすめします。



専用のレントゲン装置で乳房のレントゲン撮影を行います。小さなしこりも見つけることができます。

●子宮頸部検診に補助金制度ができました

対象：今年度20歳以上（昭和62年4月1日までの生まれ）の女性のみ

かかりつけの医療機関において子宮頸がん検診を受診された方を対象に補助金を交付します。医療機関の制限はありません。

補助金額は自己負担 2,000円および他の助成制度がある場合はその助成額を差し引いた額となり、4,000円を上限とします。

なお、市で行う集団検診や個別検診を受診された方は対象になりません。

対象となる方は、検診を受けたときの領収書をご持参の上、保健係まで申請してください。



<問い合わせ> 民生福祉部 健康保健課 保健係 電話64-8882 有線52-2153

すくすく育つとうみっ子!!

誕生日おめでとう! (4月生まれ)



さとう
佐藤 すみれちゃん(本海野)
(1歳、H17.4.7生)
4月から保育園。ママも頑張るからすみれも頑張ってるね! お友達たくさん作ろうね。



あらい ななみ
荒井 菜々美ちゃん(県)
(1歳、H17.4.8生)
1歳のお誕生日おめでとう♥菜々美の笑ってる顔が大~好き! 最近は色々な事がいっぱい出来る様になって毎日がとっても楽しいね。これからいっぱい食べて、いっぱいいたずらして、あそんで、のびのびと大きくなってね。



やまぎし さや
山岸 沙矢ちゃん(常田)
(1歳、H17.4.12生)
お誕生日おめでとう! 1年で色々な事ができるようになったね☆これから沙矢ちゃんのペースでのんびり元気に大きくなろうね♥



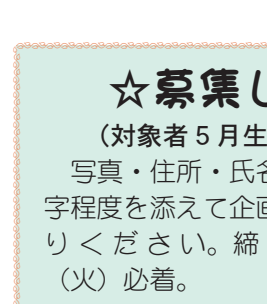
てらしま いっき
寺島 一葵くん(大石)
(1歳、H17.4.26生)
いつもニコニコ笑顔の一葵に皆もニコニコポカポカです。お姉ちゃんに遊んでもらうのが大好きでいつも後を追いかけているね。いつまでも仲良く元気にすくすく大きくなってね。



たなか しょうい
田中 祥生くん(布下)
(2歳、H16.4.3生)
お誕生日おめでとう。大好きなひまりお姉ちゃんといつまでも仲良く、そして優しい子になってね♥



にしかわ はると
西川 暖人くん(加沢)
(2歳、H16.4.28生)
暖人、お誕生日おめでとう! 「ダ〜イチュキ!」(大好き)と言って抱きついてくれるハルにみんなメロメロだよ♥お兄ちゃんに負けないくらい元気に大きくなってね。



なおい
直井 さくらちゃん(常田)
(3歳、H15.4.5生)
おしゃべり大好き、歌もいっぱい唄えるようになったね。元気すぎて少し心配だけど「さくら」の花のようにみんなに好かれる子になってね!

☆募集します!!☆

(対象者 5月生まれの3歳まで)

写真・住所・氏名・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。締め切りは、4月11日(火) 必着。

VOICE 1
大人達・私達に思うこと
喜怒哀楽 VOICE

最近では若者の事件が増えて、「最近の若者はキレて危ない、何をやるかわからない」というイメージが広がっています。確かにそうかもしれないですが、何ヶ月か前の広報にもあったように大人の影響もとても大きいと思います。

スーパードレスでせつかく作られている障害者の駐車場に堂々と車をとめる人。運転中の車から平然とたばこを捨てる人。コンビニでみんな並んでいるのに偉そうにして強引に隣のレジに割り込む人。これは東御の市内で最近経験したこと、私からすればいい年して、と思う大人です。私もまだ若者の中にいると思いますが、知っている限りでは私の友達ではこういう人はいません。

大人のモラルのなさを棚にあげて若者を責めても社会はよくならないと思います。若者の中にもいけない人がいると思いますが自分だけがいいと思わないことも大切だと思います。

(匿名)

VOICE「喜怒哀楽」のコーナーは、嬉しいこと、悲しいことなど身近にあった話題や感じたことなど皆さんからのお便りを掲載します。疑問に感じていることでも結構です。皆さんの投稿をお待ちしています。(企画課「VOICE」宛)

土屋市長 HOTO ホットダイアリー



No.20

最近、合理性を追求するゆえの矛盾が露呈してきている。そんな思いでいるのは私だけでしょうか。耐震偽装・輸入牛肉・粉飾決算・官製談合のいわゆる四点セット問題ばかり。

そんなとき「国家の品格」という書物に出会いました。ベストセラーになっていたので読まれた方も多いと思います。作者は数学者で、作家。新田次郎と藤原ていの次男藤原正彦氏です。

作者は、アメリカで数年間教鞭を執っておられ、そこはすべて「論理」が優先される社会であったとのこと。しかし、論理だけでは物事が片

付かないことがわかってきて考え方を考えるようになり、いわく「情緒」とか「形」というものの意義を考えるようになってきたとのこと。一読して「目から鱗が落ちる」とは、正にこのことだと実感しました。いままで自分が言いたかったこと、感じていたことのほとんどがこの一冊に凝縮されていました。

世界の中の日本であるために、今必要なことは「日本のすばらしさを世界の人々に知ってもらうこと」であると思っています。昨年マータイ女史によって再認識された「もったいない」もその一つですが、ものを言わなくても通ずる「思いやりの心・人間の機微」など、私たちのもっている日本の良さをもう一度見つめなおしてみませんか。

土屋哲男

心の眼

(23)

人権同和教育指導員
町田 勝

たしかな倫理性を



抜粋からの抜粋になります。が、柴田篤弘氏は、その著書の中で、「個人が差別性を身につけずに育つことは不可能なことと考えられます。ただ救いは、人間は動物と違って正確な内容は未決であっても、ある種の倫理的な意識を身につける能力を生得的に持っていることです。だから人は普通、歯止めなく差別に徹しきることとは困難で、むしろ差別にたいして社会的になされる戦いに参加し、あるいは、孤独な戦いとしても、これを発展させる能力を持つのが普通です。」と述べています。性善説とまではいかなくても、人間個々の良心や倫理観に期待を寄せる言葉であろうと思います。

しかし、世の中には、差別はがきや手紙を性懲りもなく四百通も送り届け、その罪で服役中の人間がいることを考えれば、柴田氏の言う、「倫理的な意識を身につける能力」を疑いたくもありません。しかし、心穏やかにして静かに振り返れば、我が身にもなにか

しかの倫理観があることに気づき、ほっとします。仕事でも生活でも、自信と張り合いが持て、周囲から温かく認められるようであれば、自分の持ち味と良心が自ずと発露され、差別心などは起こさず、また、過去に差別者であつても素直に悔い改めることができます。

けれども、そのような気持ちになるのには難しい状況にあります。競争社会の激化に伴い、他を蹴落として抜き出ることを是とし、法すれずれの経済活動が横行する状況の中では、地道に自分の倫理観を研ぐことが虚しくさえ感じられます。「虚業」、「格差社会」などの言葉が氾濫する日常は、人権同和教育の心髄である「人を大事にする心の醸成」を否定しかねない危機を感じます。それは、私一人の思い過ごしでしょうか。春を待つて萌え出する草木の萌芽のような、純なる気持ち（たしかな倫理性）を持ちたいと思います。

ホップ! ステップ! おいしい ヘルシークッキング ①

(レシピ提供: 食生活改善推進協議会)

= バラの花ずし =

バラの葉などを添えるとまたかわいらしくなります。お子さんの誕生日などにいかがでしょうか。

●材料 (約1本分)

すしめし……………220g
桃色すしめし……………150g
(すしめし130g、でんぶ20g)
のり……………1枚
うす焼き卵…小2枚 (卵1個分)
さやいんげん……………6本
せん切り紅しょうが……………10g

●下ごしらえ

①すしめしとでんぶで桃色すしめしをつくる。
②さやいんげんはすじをとり、塩ゆでする。
③うす焼きたまごをつくる。

●作り方

①まきすにうす焼き卵をのせ、桃色すしめしを平らにおき、紅しょうがを散らす。しっかり巻いて輪ゴムでとめておく。
②まきすにのりを縦長におき、すしめしを広げる。箸で3本みぞをつくる。
③みぞにいんげんをおく。中央に①をおき、手前からしっかり巻く。巻いたら等分に切り分ける。



元気発信！子育て施設

滋野児童館の話題

滋野児童館は、滋野郵便局の近くにあります。ここは自然環境に恵まれた緑の濃いととても素晴らしい所で、春になると大小40本ある桜が見事に咲き誇ります。何年か後にはきつと見事な桜の名所となることでしょう。

小学校の授業が終わると、児童たちは元気のいい「ただいま」のあいさつで児童館にやってきました。職員が迎える「お帰り」で児童館の一日が始まります。

急いで宿題を終えると、児童たちは好きな遊びにはしります。読書をしたり、ぬりえ遊びやブロック遊びをしたりと様々です。

子供は遊びの達人です。春になると虫取りや花摘み、花びらをしぼって色水遊び、泥だんこ作り、夏になれば皆で川遊び、ドジョウ取り、カブトエビ取りなどで楽しく遊びます。秋は、ミニグラウンドでマラソンの練習に汗を流します。冬は寒さをもつとせず、児童館の外に出て雪合戦に鬼ごつこと元気いっぱいです。

スポーツも人気で、一輪車遊び、縄跳び、トランポリン、野球、サッカーなど実に様々です。児童館では月一回イベントを企画し、児童が興味を持ち楽しめるよう工夫を凝らしています。



「和気愛愛鍋」も人気行事の一つです。第二水曜日には、「お話し会」をボランティアの先生にお願いしています。見事な話術で児童はじめ私たちを童話の世界に引きずり込んでくれます。現在の利用者数は、一日平均35名程で、職員が一人ひとりの児童とのふれあいを大切にしていきます。

また、利用者の少ない土曜日を利用し、児童を集めてランニング教室を開催しています。素直で礼儀正しくあいさつができ、スポーツ好きの活発な子が増え、できればと思います。

最後に、地域住民の方に支えられての児童館であり、今後も地域の皆さんの温かい目で児童を見守って頂ければと思います。

学校だより



三年生への抱負

北御牧中学校二年
田中 洋城
(本下之城)

入学してから二年が経ち、いよいよ僕らが最上級生として北御牧中を引つ張っていく立場へと変わる。期待する面

もあるが「大丈夫かなあ。」という不安な面もある。

三年生となり、初めに行われる事といえば修学旅行である。奈良、京都へ行き、学年での交流を深め、縦のつながりばかりではなくて横のつながりも大切にしていきたい。

次は各部活の夏の大会である。自分は、野球部部長である。夏の大会でチームの目標である「北信越制覇」を成し遂げたい。

そして文化祭である。これは、中学校生活での一番大きな行事である。正副委員長だ

お米を

商品化しよう

和小学校 五年
山崎 樺純
(大川)

わたしたちは、十一月に自分たちで作ったお米をお店で販売しました。

そのお米は、永井農場さんに協力していただき、田植えや稲刈り、はぎかけなども自分たちでやったものです。

とれたお米には、自分たちで名前をつけました。学年のみんなで一生涯ん命考え、つけた名前は、「元気のもと和

米」です。

パッケージはグループで作ってそれぞれがデザインし、学年集会で決定しました。なんと、私たちグループが作ったデザインがパッケージになりました。

販売日には、ツルヤかのう店に、自分たちが汗水たらして作ったお米が、目の前に何十と置かれ、ついにこの日がきたという気持ちになり、すぐにたつぷりの勇気がわいてきました。

でも、ものを売るということとは、今まで思っていた以上に難しく、はじめはとまど

けではなく全校の皆さんの力を借り、みんなの力で第四十回目の文化祭を成功させたい。

最上級生としての責任感を持ち、後輩のお手本となるような行動をして、自覚を持って生活していきたい。また来年度は沢山の行事があり、一年がとてはやく進んでしまいうので、早め早めに計画を練り準備を進めていき、内容の濃い行事にしていきたい。来年度は卒業生が積み上げてきたものを壊さぬように、又、新しい事にも挑戦し、自分の人生の節目にしたい。

いました。でも、なれていくうちにうまく声をかけられるようになっていきました。

お米を作って食べるだけでなく、販売までできるとは思っていなかったのだよい経験ができてよかったと思いました。



▲児童たちが元気に売ります

小中学校 卒業式スナップ

3月16・17日、市内の小中学校で卒業式が行われました。希望に満ちた笑顔と、別れを惜しむ涙：各学校思い出の一枚を掲載します。



▲東部中学校



▲北御牧中学校



▲和小学校



▲祢津小学校



▲田中小学校



みんな未来に向かってはばたけ！



▲滋野小学校



▲北御牧小学校

市内小中学校の先生の人事異動紹介

市内小中学校の先生方の人事を紹介します。退職者・転出者、転入者・新規採用者は次のとおりです。今後ともよろしく願います。なお、市役所の人事は、5月号で紹介します。

ありがとうございました

よろしく願います

転出・退職者（敬称略）

田中小学校

小口徹（城北小） 遠山和子（丸子中央小） 柴崎将和（上田北小） 水野由紀子（丸子北小）

滋野小学校

上原利明（北信小） 吉本永喜（上田南小） 橋詰文彦（青木小） 小林利子（武石小）

祢津小学校

下平達朗（赤穂南小） 関田昌代（退職） 福沢拓美（丸子中央小）

和小学校

福澤善史（鬼無里小） 竹花廣子（本原小） 柳澤敏子（依田窪南部中） 古田聖（丸子北小） 龍野久美子（退職）

北御牧小学校

小林武（川辺小） 小林千恵子（浦里小） 寺沢典子（新野小）

東部中学校

山崎洋（下諏訪社中） 齋藤弘子（真田中） 栗林幸治（上田第二中） 宮島秀樹（高社中） 吉村理恵（菅原中） 山極敦子（上田第六中） 峯村裕子（青木中） 小林貴子（北御牧中） 若尾伸子（南牧中） 小出尊子（退職）

北御牧中学校

業田凌千（森上小） 依田信芳（立科中）

転入・新規採用者（敬称略）

田中小学校

和田茂一（豊野東小） 関きよ子（上田南小） 翠川博之（神科小） 須田和代（神科小） 宮下聰（上田東小） 宮崎久美子（上田第四中）

滋野小学校

太田守（川辺小） 島田祐二（梓川小） 菊地みはる（中塩田小） 田中由佳（西内小）

祢津小学校

両角孝一（富士見小） 小山喜博（丸子中） 五十嵐和夫（上田養護）

和小学校

熊谷佳代子（新規採用） 鎌崎みつ子（新規採用） 中島茂（丸子北小） 高橋佳代子（清明小）

北御牧小学校

茨木正浩（立科小） 矢島三佳（白馬北小） 大星充子（和田小）

東部中学校

柳沢元也（清水中） 田中尚子（丸子北中） 宇野千登勢（更北中） 牛山正志（新規採用） 伊藤雅美（新規採用） 北沢洋子（真田中） 桂木恵（丸子実業高） 工藤京子（上田第四中） 土屋具久（菅原中） 武井美智子（依田窪南部中）

北御牧中学校

浅倉俊樹（豊丘中） 小林貴子（東部中） 中澤勝（伊那中） 笠原孝志（菅原中）

平成18年市議会第一回定例会

18年度予算案など計58議案を審議

2月28日、平成18年東御市議会第一回定例会が開会しました。この定例会では、平成18年度の予算案12件や平成17年度の補正予算案、条例改正案など計58議案が審議されました。3月8・9日には一般質問が行われ、14名の議員が質問を行いました。審議の結果、全ての議案が原案通り承認・可決され、3月24日に閉会しました。（詳しくは5月発行の議会だよりをご覧ください。平成18年度予算については4ページからの予算特集をご覧ください）

平成18年度市長施政方針（抜粋）

平成18年度は、引き続き「環境対策・子育て支援・教育の安心」に加



▲一般質問のようす

え、新たに「行財政改革の推進」に重点を置いて、東御市が一体となつて市民の元気を発信できる都市を目指してまいります。

国と地方で協議を進めている三位一体改革も具体的に動き出し、本市においても自立したまちづくりと安定した財政基盤を構築するため、18年度を「改年初年度」と位置づけ、行財政改革に取り組んでまいります。本市は平成の大合併の中で誕生し、多くのことを学び経験いたしました。国の三位一体改革など自治体を取り巻く状況は非常に厳しいものがありますが、新たなまちづくりがさらに前進するよう努めてまいります。



▲市長の施政方針演説

地域福祉講演会開催

地域に根ざした福祉計画を目指して

2月25日、中央公民館において生涯学習まちづくり講座が開催され、「これからの地域福祉を考える―誰もが住みよい福祉の地域づくりを目指して―」と題して長野大学の合津文雄助教授が講演を行い、市民約150名が参加しました。

合津さんは、戦後からの福祉関連政策の動向に言及したあと、地域福祉は最近になって使われるようになった言葉であることにふれ、「地域を基盤として、住民が主体となつて事業者や行政と連携して福祉の推進を図っていくこと」が地域福祉の概念であることを説明しました。そして「共に生きる福祉の地域づくり」の必要性を強調し、「18年度は地域福祉計画が策定される予定なので多くの市民に参画してほしい」と述べました。市民は興味深そうに聞いていました。



健康づくり推進協議会が健康づくり計画「健康とうみ21」を答申

市民の健康のための計画

2月27日、東御市健康づくり推進協議会の唐沢昭吾会長と宮澤美代子副会長が市役所を訪れ、市長に健康づくり計画「健康とうみ21」についての答申書を手渡しました。同協議会は18名で構成され、1月31日に市長から諮問を受け、検討を行ってきました。この計画は、市民が健康づくりを実践できるよう支援する総合的な計画で、健康に関わる施策を網羅し、生活習慣病対策、介護予防対策を総合的に推進していくためのものとなっています。

問い合わせ

健康保健課健康増進係
(ケアポートみまき内)

☎61-6000



4月のテーマブック
未来の夢や希望

図書館へ行こう!! ⑫

東御市立図書館 ☎64-5886

つらみ ためになる図書館 その8

本を探す便利な道具

検索端末「OPAC」

図書館で自分の借りたい本をさがすことは、意外と難しいものです。

図書館には利用される皆さん自身で操作して本をさがす機器「検索端末」があります。今年1月に図書館ネットワークの機器が新しくなりましたが、更新にあわせ新たに1台増やして2台とし、ゆつくりと利用ができるようになりました。利用方法は、書名や著者の名前を画面にふれるタッチパネルで入力するもので、誰でも簡単に本を探すことができます。

「フリーワード検索」、「詳細検索」など条件をつけながら本を探すこともできます。また見つけた本の情報をプリンタで打ち出すこともできます。



プリントアウトした用紙を利用して本を予約すると便利です。いろいろ役立つ機能もありますが、使い方が分からないときはお気軽に職員におたずねください。

●「なりたい」が見つかる将来の夢さがし職業ガイド234種



菅原 眞理子・監

●おしごとください



たち ようこ・作・絵

●13歳のハローワーク



村 上 龍...作
はまの ゆか...絵

4月は新しい生活が始まる月です。本を読んで未来のことを考えてみませんか。

◆新着本案内◆

◆一般書

- 挑戦者（チャレンジャー）……大藪 春彦・著
- マンガースの尻尾……笹本 稜平・著
- 国定忠治……津本 陽・著
- ヒストリアン 1・2……エリザベス・コストヴァ・著
- おむすびころりん……雅姫・著
- ◆児童書
- きょうから体育が好きになる！……下山 真二・作
- すいようびくんのげんきだま……エリック・バトウ・絵
- 夜明けまえから暗くなるまで……メアリー・アゼアリン・作
- ワイズ・ブラウンの詩の絵本……レナード・ワイズガード・絵
- カノン……北見 葉胡・絵

行事予定

図書館職員による

4月のおはなしこども会

日時 4月15日（土）

午前10時30分から

場所 市立図書館2階読書会室

内容 紙芝居「かちかち山」

絵本「そらをみよう」

「おひさまアコちゃん

あそびましょう」

「みんなであひいきました」

パネルシアター

「くらの骨なし」

工作「四角や丸い折り紙でいろ

んなものを折ってみよう」

4月21日（金）は、おはなし会があ

ります

場所・時間 こどもフロアにて

午前10時30分

対象：就園前の子どもさん

図書館発 オススメの一冊

●弥勒の月 あさの あつこ・著
心の闇と再生への渴望が交差したとき、悲劇は起こった。「ボスト宮部みゆき」と注目される作家の、叙情と哀愁、そして日々の営みの賛歌に満ちた時代小説。



●家族で楽しむ自給自足

新田 穂高・著
自給自足ってなんだろう。やってみたいこと、好きなこと、得意なことから始めよう。ベランダで楽しめるプランター菜園やお米作り、ニワトリやヤギを飼う、草木染め、太陽光発電など、色々な自給自足を紹介。



●はあちゃんの笑顔をわすれない

今西 乃子・作
知的障害者施設を経て、老人ホームで働く青年介護福祉士の姿を描く。認知症のおばあさんとその家族そして愛犬との出会いを通して、彼は何を感、何を学んでいくのか。



●まだかなまだかな

飛鳥・絵
氷の穴から顔を出した、アザラシ。駆け寄ってきた白くま子ぐまは、アザラシが再び顔を出すのを辛抱強く待ち続けます。

「その後の続き」を親子で考え、創作する絵本です。



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>

知ってなるほど 都市計画あれこれ ①

「都市計画ってなんだろう？言葉は知っているけれど内容はよく知らない…」そんな皆さんの疑問にお応えするのがこの連載です。都市計画…この言葉を聞くと難しそうですが、実は私たちの生活の基礎をなしている大切なことなのです。

現在、旧東部町の区域は国有林を除きほぼ全域が都市計画区域として指定されていますが、旧北御牧村の区域は指定されていません。そこで北御牧地区において説明会を開催し、都市計画区域として指定する方向で検討しています。初回は、都市計画の趣旨についての内容です。

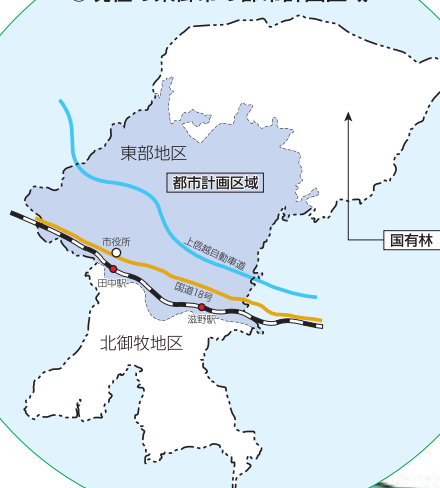
●都市計画とは？

例えば、市内のどこにでも家などが建築されてしまうと、色々な場所にポツポツと建物が建って、自然が壊されたり、道路、公園、上下水道のような市民みんなが使う施設を多く造る必要があります。そこで、まちづくりに必要

な土地の利用の仕方や建物の建て方に共通のルールを決め、そこに必要となる道路、公園、下水道などのまちの基盤となる施設を総合的・一体的に定めて進めていくことが都市計画の目的です。

ルールには、新しいまちを造ったり、古くなったまちを造り直すためのものもありますが、まちの中の歴史的風致を保存したり、貴重な自然を守ったりするものもあります。身の回りの生活空間をよりよくするために、豊かさを実感できるまちづくりを目指さなければなりません。また、環境問題や高齢社会問題にも対応でき、火災や地震などの災害にも強いまちづくりを行うことも大変重要となります。それらの基礎となるものが都市計画なのです。

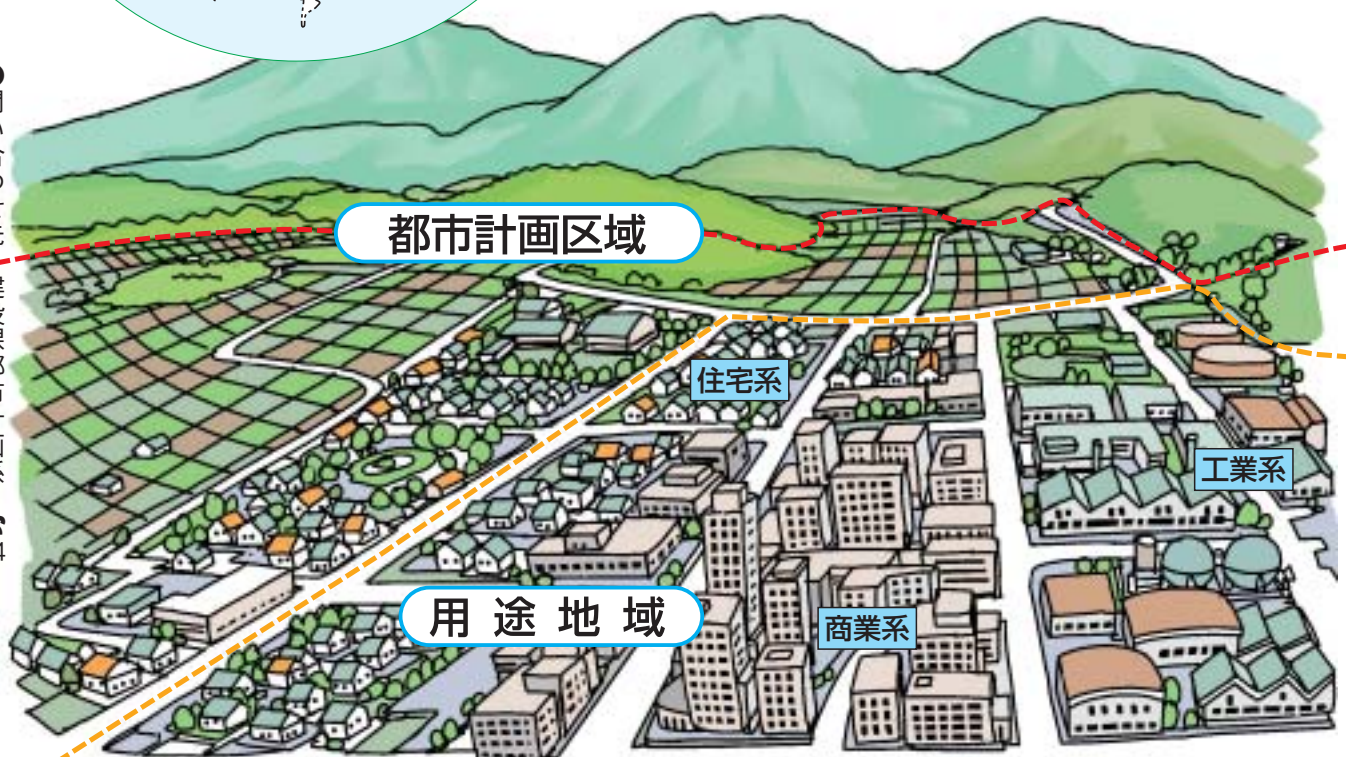
◎現在の東御市の都市計画区域



●都市計画区域って何ですか？

都市計画を決めるにあたっては、まず「都市」の範囲を明らかにすることが必要です。そこで、都市の市街地から郊外の農地や山林のある田園地域に至るまで、人や物の動き、都市の発展を見通し、地形などからみて、一体の都市として捉える必要がある区域を、「都市計画区域」として指定します。

都市計画区域



用途地域

※用途地域については、今後内容を掲載いたします。

●問い合わせ先

建設課都市計画係

☎ 64-5882

消費者の窓

—新たな手口の詐欺が急増!—

「貸します」詐欺が
横行しています!

最近、大手金融機関などをよそおって、

「お金を貸します」といった内容のダイレ
クトメール(DM)や携帯メールなどを送
りつけて、保証金や保険金名目でお金をだ
ましとる新手の手口が急増しています。

このような詐欺行為を「貸します詐欺」
といいます。信用保証機関への紹介や債務
データの改善など様々な理由をつけて融資
をする前に必ずお金を振り込ませようと
します。



こんな騙^{だま}しの手口に注意

●被害事例1

ある女性は、自宅に送られ
てきたDMを見て50万円の融
資を申し込んだところ、担当
者から翌日連絡があり「本審
査が通りました。登録料5万
5千円が必要です。そのお金
は融資のときに返還します。」
などと言われ振り込んでし
まった。その後、「登録のエ
ラーが出たのもう一度振り
込んでください。」「保証人は
いりませんが一時保険加入の
ため12万3千円が必要です。」
などといわれ、総額22万3千
円を振り込んだが、その後の
融資が行われなかった。
DMでは大手の金融機関の
グループ会社をよそおってい
たが、実際にはそのような業
者はいなかった。

●被害事例2

ある男性は、携帯サイトで
知った業者に、180万円
(年利0・9%)の融資申込
みをしたところ、「信用を確
認するため、当社と取引して
いる金融業者から融資を受け
てください。そしてそのお金
を郵便小包で送ってください。
そのお金は、消費者金融解約
センターを通じてこちらから
返金します。」などといわれ、
大手金融業者の2社から総額
90万円の融資を受け、指示通
り全額を送金してしまった。
その後の調査で架空の業者
だったことが分かり、また既
に電話も通じない状態にあっ
た。



だまされないための
心構え三か条

☆第一ポイント

取引関係のないところか
ら突然送られてくる「お金
貸します」とのダイレクト
メール(DM)や携帯メー
ルなどに注意! (低金利で
しかも高額を貸し付けるか
のような広告に注意)

☆第二ポイント

融資をする前に、様々な
口実でお金を振り込ませよ
うとする手口に注意! (保
証料、保険料などの名目で
必ずお金を要求してくま
す)

☆第三ポイント

「貸します詐欺」かもしれ
ないと思ったら送金する前
に消費生活窓口へ相談を!

市役所市民課生活環境係
☎ 64-5896
上田消費生活センター
☎ 27-8517

市内河川の水 水生生物調査 ①について

この調査は、市内の河川（計9か所）にどのような生物が生息しているかによって、その川がきれいであるか、または汚れているかということ調べるものです。

その結果は、小学校の環境教育のための資料として活用したり、市民の皆さんに広くお知らせして、水環境の保全に役立てていきます。

○調査の方法

水生生物の調査は、川の中に50cm×50cmの枠を決め、網で枠内の川底の生物を採集します。

○川の汚れ具合の計り方

環境状況を調べることが出来る生物を「指標生物」といいます。その指標生物は『川の生き物を調べよう』

（環境省水環境部・国土交通省河川局 編）に示されています。採集した生物で、どの「指標生物」がいたか、またその中でも多く生息しているものはなにかという観点からその川の水質がきれいかわ汚れているかを判断します。「指標生物」は、次の表のとおりです。

大変汚れた水	汚れた水	少し汚れた水	きれいな水
アメリカザリガニ エラミミズ サカマキガイ など5種	イソコツブムシ タイコウチ タニシ ニホンドロソコムシ など7種	イシマキガイ オオシマトビゲラ カワニナ ゲンジボタル など9種	アミカ ウズムシ カワゲラ サワガニ など9種

☆調査結果は次回のこのコーナーでお知らせいたします。

ケアポートみまき発

健康増進プールの水と健康 ③

相撲の力水とは

温泉アクティブセンター
 インストラクター 笹本 和宏

東御市は江戸時代に驚異の強さを誇った力士雷電為右衛門の故郷として有名です。相撲は当時も国民的な人気スポーツで、強い力士は子どもたちの憧れの的であり、しばしば遊びの中にもその名前が登場しました。実はこの相撲と水の関係は、「力水」「水入り」などの言葉があるように、切っても切り離せない関係にあるのです。今回はそのお話を紹介します。

東は赤房下、西は白房下にそなえられた桶に用意されているのが力水です。取組を迎えた東西の力士が、土俵のぼつて四股を踏んだ後に、前の取組で勝った力士からひしゃくで力水をつけてもらいます。そのあと「力紙」で口元をぬぐいます。この一連の作法を「力水をつける」といい、文献によれば約1200年前の平安時代から行われていたようです。

また、相撲が長引いて中断することを「水入り」といいます。これはもう一度力水をつけてから相撲を再開するところから由来しています。日本人は、昔から水と塩には全てを清める力があると信じ、様々な作法に組み込んできました。また力水は作法上定着した経緯があるとしても、相撲という激しい運動をする際の適切な水分補給として科学的に理にかなった

ていると思われます。身近にある水は、古来より人と親密な関係にあったことがこのことから分かります。

さて、現代において私たちの体力の源となる「力水」は、少し違う形ですごく近くに存在しています。それはプールです。市内にもプールが何か所ありますが、最近では「水泳というスポーツを行うプール」から「健康づくりを水中で行って豊かな暮らしをつくるプール」へと変ぼうし、水泳選手だけでなく赤ちゃんから高齢者まで利用しています。プールでの運動は浮力などの水の特性があるため、老若男女を問わず無理なく体力を養ってくれます。まさにプールは私たちにとっての「力水」なのです。皆さんもプールで体力・健康づくりを始めてみてはいかがでしょうか。そして相撲のように運動途中の「水入り（水分補給）」も忘れずに。

問い合わせ先 温泉アクティブセンター

☎61-6006



地域包括支援センターインフォメーション ①

—地域包括支援センターとは—

地域包括支援センターが行う主な業務

自立して生活できるように支援します

- ・要支援1・2と認定された方の介護予防ケアプランを作ります。
- ・その他の高齢者の方に、介護予防サービスを提供します。

なんでもご相談ください

- ・高齢者の皆さんや、家族・近隣に暮らす方の介護をはじめとする健康や福祉、医療や生活に関する悩みや相談に応じます。

さまざまな方面から皆さんを支えます

- ・地域のケアマネジャーを支援し、高齢者の皆さんが暮らしやすいよう、地域のネットワーク作りに力を入れます。

みなさんの権利を守ります

- ・高齢者の皆さんが安心した生活を送るために、さまざまな権利を守ります。成年後見制度の紹介や虐待防止、消費者被害の防止に取り組みます。

今までの「在宅介護支援センター」にかわって、4月より新たに地域の人々と協力しながら高齢者の自立した生活を総合的に支えていくための拠点として、「地域包括支援センター」が総合福祉センター内に設置されました。このセンターでは、保健師、社会福祉士、ケアマネジャーなどが中心

となって、介護予防に関するケアマネジメントをはじめ、高齢者の総合的な支援を実施します。3月号では要支援1・2の方のケアプランづくりについて詳しくお知らせしましたが、センターにはそのほかの支援事業も多くあります。ここではそれらの事業をご紹介します。お気軽にご相談ください。

問い合わせ先 東御市地域包括支援センター（総合福祉センター内） ☎64-5000

東御市指定金融機関等

（4月1日現在）

信州うえだ農業協同組合
八十二銀行
佐久浅間農業協同組合
三井住友銀行
上田信用金庫
長野県信用組合
長野銀行
長野県労働金庫
日本郵政公社信越支社

問い合わせ先 会計課 ☎64-4359

長野県労働金庫が市の 収納代理金融機関になりました

4月1日に、市税や市が取り扱う料金などを収納することができる「市収納代理金融機関」として長野県労働金庫を追加指定し、市指定金融機関があわせて9行（左記参照）となりました。

これにより、従来の8行に加えて長野県労働金庫の全店で、市が発行する納入通知書により税金や使用料金を納めることができます。

また、長野県労働金庫の全店において、お手持ちの通帳からの口座引落としも可能になります。この機会に安全で納める手間も省ける便利な口座振替をおすすめします。希望される方は市役所内の各担当係か長野県労働金庫丸子支店（☎351122）までお申込みください。

国民年金アドバイス

年金を受けている皆さんから おたずねの多い質問にお答えします

Q 1 年金受給中に何か手続きは必要ですか？

A 毎年1回誕生月に、年金を引き続き受けるための権利があるかを確認するため「現況届」を必ず提出ください。提出がありませんと、提出されるまでの間、年金の支払いが止まりますのでご注意ください。
「現況届」の用紙（ハガキ形式）は、毎年誕生月の初めごろに社会保険事務所から送付されます。住所・氏名などを記入し、必ず誕生月の末日までに社会保険業務センターに到着するように提出してください。

Q 2 「現況届」の用紙が届かないときはどうすればいいですか？

A 初めて年金の裁定を受けてから、1年たたない方には「現況届」は送付されません。それ以外の人で、誕生月の中頃になっても「現況届」の用紙が届かないときや、用紙を紛失したときなどは、社会保険事務所へご相談ください。（東御市は小諸社会保険事務所が最寄りです）

「現況届」が届かない理由として、引越しの際、住民票の異動とは別に、年金受給用の住所変更届を出すことを忘れたなどが多いようです。

Q 3 その他、年金受給中にどんな手続きがありますか？

A 次のようなときは、忘れずに社会保険事務所に届け出てください。

- ・住所を変更したとき
- ・年金の支払機関を変更したとき
- ・2つ以上の年金が受けられるようになったとき
- ・年金を受けている人が亡くなったとき
- ・年金証書をなくしたとき などです。

問い合わせ

小諸社会保険事務所 ☎(0267)22-1080
市民課国保年金係 ☎62-1111(内線1231)

善意をありがとう

東御市社会福祉協議会（2月中の受付分です）

匿名 様 ポータブルトイレ
匿名 様 10,000円



まるごと 生活百科

4月の納税（納期5月1日）

- 国民健康保険税（特11期）
- 介護保険料（特10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2月の出動件数＝

火災 3件（7件） 救急 80件（197件）



とうみの気象記録（東御消防署調べ）

	平成18年2月	平成17年2月
最高気温	17.4度（14日）	16.3度（25日）
最低気温	-11.2度（10日）	-8.0度（28日）
平均気温	0.9度	1.6度
平均湿度	73.8%	72.6%
降水量	53.0mm	10.0mm

市内交通事故統計

2月28日現在（※カッコ内は1月からの累計）

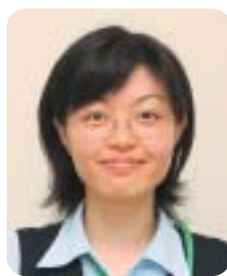
	上田警察署管内	望月警察署管内	合計
件数	13（32）	2（4）	15（36）
傷者	13（38）	3（6）	16（44）
死者	1（1）	0（0）	1（1）



2月に、高齢の方が犠牲になる交通事故死亡事故が発生しました。事故が発生した時間は夕方、当日は雨が降っていて薄暗く、歩行者が見えにくい状況でした。夜間・雨天時などに歩行する際は、明るい色の服や反射タスキを身につけ、ドライバーに発見されやすい格好をして事故を未然に防ぎましょう。

また、ドライバーの皆さんは早めのライト点灯を心がけ、常に歩行者に気を配り、安全運転をしましょう。

こんにちは 保健師です



保健師 伊賀 千加子

肥満予防と健診受診が 生活習慣病予防のカギ！

4月を迎え、歓送迎会やお花見などで外食をしたり、お酒を飲んだりする機会が増える季節になりました。

私たちにとって食事は生きていくために必要不可欠なものです。近年ではエネルギー過剰による肥満が人間の体に悪影響を及ぼすことがわかってきています。

ここで、毎日のわずかな食べ過ぎが肥満を招く、という例をご紹介します。

私たちには一日に必要な食事カロリーがあります。それに加えて毎日150kcal（ビール350ml缶1本分またはくし団子1本分くらい）の食べすぎを続けていると、一か月で約4500kcal、一年で約54000kcalのカロリーが過剰となります。脂肪1gは9kcalですから、この人は一年で約6kg体重が増える計算になります。もちろん、実際には日々の活動量は一定ではなく、代謝量も体重増加に伴って変わるので、この計算結果どおりにはなりません。しか

し、「これくらいなら大丈夫だろう」と思うようなわずかな食べ過ぎでも、年単位で積み重ねると体重は確実に増加していきます。

また一日のカロリー量と栄養バランスが適正であっても、間違った食べ方をしている場合は肥満を招きますし、体重は標準でも体脂肪率が高い、いわゆる「かくれ肥満」というタイプの方もいます。

肥満があっても自覚症状がなければ、何も問題がないと考えることが多いと思います。しかし、肥満は糖尿病をはじめ、あらゆる生活習慣病につながる因子です。健康を損なう危険が本当にないのか、慎重に考える必要があります。

4月は健康スクリーニングをはじめとする各種健診の申し込み時期にあたり、各区の保健指導員さんが健診のご案内と申込書を配布してくださっています。肥満が気になる方もそうでない方も、一年に一度健診を受けて自分の体を知ることとはとても大切なことです。「なんともないから」と考えず、この機会にぜひ健診を受けていただければと思います。

クリーンセンタースタッフもやま話 ―入浴剤から思うこと―



最近、お風呂に入浴剤を入れて、ゆつくり入浴を楽しむことが流行しています。温泉を模したものの、ハーブやモモ、柚や桜など様々な香りや色の入浴剤があつて、楽しんでお風呂に入れるようです。

私たち大人の世代が子供のころにおもしろがつてお風呂で遊んだことを思い出しました。当時よく家で入浴剤の代わりに入れていたのが、みかんの皮、薬用人参のはぶき（煎じ茶にしたあとの残り）などです。それらを古くなつた手ぬぐいを袋状にしたものの中に入れてお風呂に浮かべていました。

特によく入れたのがみかんの皮。みかんの皮はお湯にふやけてふにやふにやになつたものを、腕や脚、ほつぺたなどにこすりつけ遊んでいました。（お風呂から上がると身体がぼかぼか

でした）

今思えば、懐かしい思い出の一部なのですが、ある資源を大切にする趣旨の本を見ると「みかんの皮はあせも等のかゆみ止め効果がある」と書いてありました。

ということは、今から25年程前にはこんな本はなかったと思いますから、今では簡単に「ごみ」として出してしまふ物でも、当時は効能を知った上で最後まで有効に使っていたのだと、先人の知恵に改めて感心しました。きつとこういうことを「もったいない」というのではないのでしょうか。

今回このコーナーを読んで頂いて、昔は「こんな物をこんな風にご利用していたんだよ」昔は使っていたのに今は使えないのに使っていないな」とか、今は「これはこんな風にも使えんだよ」など、ご家庭でお子さんやお孫さんたちと今昔のいろいろな話して盛り上がって頂き、「使える物は使う」「違つたことに利用してみる」など再発見・新発見をしていただけたらと思います。

おじいちゃん、おばあちゃんの「もったいない話」。お父さん、お母さんの「もったいない話」。

お孫さんやお子さんの「もったいない話」。聞きたいと思いませんか？



1年間の成果を発表 平成17年度いきいき生涯学習塾作品発表会



3月4・5日、中央公民館において平成17年度いきいき生涯学習塾作品発表会が行われました。絵画や工芸、書道、俳句、写真など約30の部門で展示や発表があり、和室では茶道教室の皆さんによる抹茶のサービスもありました。訪れた市民は感心しながらそれぞれの作品に見入っていました。

白銀の世界でシュプール描く 第43回湯の丸スキー大会ジャイアントスラローム

3月5日、湯の丸スキー場第一ゲレンデ「第43回湯の丸スキー大会ジャイアントスラローム」が行われました。大会は晴天に恵まれ、ジュニアからシニアまで13部門に約300名の選手が参加。家族たちの声援を受けて、雪もとけそうな熱いレースを繰り広げました。



大勢の市民が感動 「細川佳代子が語るS Oの世界」講演会開催



3月3日、文化会館サンテラスホールで「細川佳代子が語るS Oの世界」（主催同実行委員会など）が開催され、大勢の市民が会場に詰め掛けました。スペシャルオリンピックス日本・長野では、一年前にスペシャルオリンピックス（S O）冬季世界大会が長野で開催されたことを記念し、メモリアルウィークとして、N P O法人スペシャルオリンピックス日本理事長の細川佳代子さんが県内を巡回して講演しており、その一環で東御市における講演が実現しました。

「共に楽しもう」と題されたアトラクションでは、スキップと信州御牧太鼓の共演、コールレインボーの合唱、手話ダンスサークルサンフラワーズの演舞が行われ、障害の有無を問わずのびのびと発表していました。S Oに関するビデオ上映、知的障害者のアスリートたちやその家族による発表が行われ、細川さんの講演となりました。細川さんは、自分がなぜS Oに関わるようになったかをはじめ多岐にわたる話を展開し、「世界大会は私たちにとってはS Oという日常における活動の一つの通過点に過ぎません。10年後、障害のあるなしにかかわらず、みんなが社会のすみずみで活躍し、ともに助けあい、支えあう社会をつくるため活動しなければならないのです。」と市民に熱く語り、割れんばかりの拍手を受けていました。

この日、細川さんは講演会が始まる数時間前に東御市に到着。障害者複合施設さんらいずホールを訪れ、施設利用者やスタッフと交流しました。その後さんらいずホール分場のダーチャで関係者と懇談会を行うなど精力的に活動。細川さんは市報の単独インタビューに応じ、市民へのメッセージをいただきました。

『この東御市は福祉の森などすばらしい施設がそろい、さんらいずホールさんなど先駆的な試みがなされていることが分かりました。また太鼓などいろいろな活動が積極的に行われているのを見て驚いています。でも障害者と積極的にふれあっているのはまだ一部の方かもしれません。彼らとあいさつし、友達になって障害とは何かを知っていただきたいです。世界大会はこの地域におけるS Oの出発点。続けてふれあうことが大事なのです。』



▲さんらいずホールでの交流

有終の美を飾った小学生たち 第2回ファイナルカップドッジボール大会開催



3月12日、中央公園第一・第二体育館において「第2回ファイナルカップドッジボール大会」（主催東御ドッジボールスポーツ少年団他、後援東御市教育委員会）が行われました。県内から36チーム約500名の小学生が参加し、6年生にとっては最後の大会となりました。男女混合の部で東御ファイターズが優勝し、キャプテンの宮入聡瑠君は「チーム一丸となり優勝できました。仲間たちと共に練習をしてきた日々を忘れることはできません。中学校に行ってもこの経験を生かしたい」と話していました。東御市関係のチームの成績は以下のとおりです。＜男女混合の部＞優勝 東御ファイターズ＜5年以下＞準優勝 東御スピリッツエース ＜女子の部＞3位 東御パワフルガールズ＜3年以下＞東御ちびっこファイターズが決勝トーナメントで敗退するも健闘しました。

児童生徒の安全確保に協力。市と3法人が安全パトロールの協定書に調印



3月7日、市役所で市と市内の3つの福祉・医療関係法人（ちいさがた福祉会、みまき福祉会、緑風会）の代表者が出席して「安全パトロール及び非常時の通報に関する協定書調印式」が行われました。この協定では、市が車両用の防犯ステッカーを法人に貸し出し、法人は送迎などの際にパトロールを行って、非常時には通報をするという内容になっています。この協定に至るまでにはPTA連合会の仲介と奔走があり、PTAの役員も出席して調印を見守りました。法人を代表してみまき福祉会の岩下忠善理事長があいさつし、「地域の子どもたちを見守って安全なまちづくりに協力したい」と抱負を語っていました。

一人暮らしでも大丈夫！ 高校生のための生活力教室開催

3月10日、みまき未来館において「高校生のための生活力教室—キッチンを中心に食を学ぶⅡ」が開催され、市内外から高校生たちが参加しました。この教室では、市の栄養士や保健師が講師となり、一人暮らしでも健康的な生活を送ることができるよう食事作りを中心に学習しました。



参加した高校生は「電子レンジでこんなに簡単においしくできるなんて知らなかった」と自分で作ったおいしい料理を味わいながら話していました。

～地域の子どもは地域で守る～健全育成への願い 和地区青少年を有害環境から守る会設立

3月13日、和コミュニティセンターで「和地区青少年を有害環境から守る会」が設立されました。この日は区長会、育成会、補導委員会、民生児童委員会、PTAなど関係団体の役員総勢50名が集結。急増する和地区の有害環境に対して、地域ぐるみの有害環境NO運動を強力に推進し、子どもの見守り活動と合わせて、和地区を安心・安全な地域にするために行動することが決議されました。



学んで喜びを共有した一年 平成17年度生涯学習高齢者大学修了式

3月14日、中央公民館において平成17年度生涯学習高齢者大学の修了式が行われました。17年度の受講生は約80名で、技能講座ではちぎり絵や書道など6つの部門に分かれて活動し、学習講座では保健、医療、音楽、政治などを学びました。17年度の新規受講生16名に修了証書が手渡されると会場から大きな拍手がおくられました。受講生を代表して別府清信さんが「長い間皆さんと学んできたが、先生方にはもっと長く講師をしている方がいます。皆さんもこれで終わりということではなく、ずっと学び続けましょう」とあいさつしました。受講生の作品は中央公民館に展示され、多くの市民が訪れていました。



できごとと短信

2・26 ▼味のセミナー開催（中央公民館）

2・27 ▼子育て審議会答申

3・1 ▼男女共同参画プラン策定委員会、老人保健福祉計画・第3期介護保険事業計画策定懇話会、障害者計画策定懇話会の報告、人権尊重まちづくり審議会の答申

3・6 ▼米田マドラス市高校生ホームステイ出発（～17日）

3・10 ▼曾根中山間地の皆さんが農作業安全講習会



3・11 ▼第2回書道部会会員展
3・12 ▼舞踊部会発表会



3・18 ▼精神福祉講演会（総合福祉センター）

絵は心の恋人探し

その24

『バレリーナ』

蔡 國華



「バレリーナ」油彩、紙 48cm×65cm 2002年

この「バレリーナ」の絵は、三年程前またまた東京の京橋にある蔡さんのアトリエ兼絵画教室の「スタジオ・ツアイ」を訪ねた時に頒けていただいた絵です。

このアトリエで私は一度も見たことがない変わった構図の絵に出会いました。バレリーナの皮膚の色とタイトの黒の二色で表現された微妙なハーモニー、この感触の素晴らしいに眼を奪われました。特に左の手の近づくを拭き取って動きを表し、右手は黒色を添えて細く描くなど、瞬間的に描写した画家の天才的表現感覚に驚いたのです。

蔡さんの絵との出会いは、四年程前に中村徹さんから図録を数冊見せて頂いたことが縁です。中村さんは私をかわいがってくださった美術評論家故中村傳三郎先生の「長男で、先生の没後に書棚から拙著『美の狩人』『美神の森にて』をお読み下さってからの付き合いです。私は「蔡國華人体素描2000-2001」と題するデッサン

集と数冊の油彩画の展覧会図録を見て、その才能に惚れたことから蔡さんとのお付き合いが始まったのです。蔡さんの絵は「卓抜したデッサン力の持ち主であることをいかし、未だ40才の若さで絵画という行為を通じて何を表現するかの哲学がある」ことが素晴らしいと思います。

人間と社会というテーマに、旅人・何れか何去・ジャズシリーズ・祈り・老人肖像等々のシリーズの大作で堂々と挑戦し、飽くことを知らぬ画業を目の当たりにする時、私は蔡さんを応援せずにはいられないのです。今年4月1日(土)より6月18日(日)まで「絵画への求道蔡國華展」を当館で開催します。4月29日(土)には蔡國華素描講座、翌30日(日)は蔡さんのトランペットシリーズの大作の前でJAZZコンサート菅野邦彦トリオライブを開催します。皆様のご来館ご参加をお待ちしております。

(文 梅野隆館長)

3月号の発行日欄が誤って記載されておりました。正しくは3月1日です。訂正してお詫びいたします。

人の動き

(3月1日現在)

世帯数

11,213世帯(+22)

総人口

32,229人(+17)

男 15,828人(+14)

女 16,401人(+3)

転入 114人(+2)

転出 89人(+8)

出生 23人(+5)

死亡 31人(+1)

※カッコは2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

ISO 14001 JACO CERTIFICATION ORGANIZATION FOR ENVIRONMENTAL MANAGEMENT

ECO1J0299

PRINTED WITH SOY INK R100

編集後記

▼三月は別れの季節。市内の学校でも卒業式が行われました。私は取材で北御牧中学校の式にお邪魔しました▼北中の式は、卒業生が壇上で在校生と向かい合って座り、その間に演台があるという対面式でした。彼らが発する一声に、歌の一小節に熱いものがこみあげ、先生方や保護者の方も一緒に涙を流しました▼皆さんが流した涙は何だったのでしょうか。三年間やり遂げた達成感。時には問題を抱えながら共に過ごした友達、お世話になった先生。いつもより大きく見える我が子。大好きだった先輩：生徒も先生も流す涙一滴にそれぞれの人生が凝縮され、それが星のようにいろいろに輝いて渦まきような感覚を覚えしました。北中の「宇宙」のなかに取り込まれたような気持ちでした▼それぞれの学校・園で感動があったことでしょうか。大きなや色、明るさはそれぞれでいい、自分なりに精一杯輝く星であってほしいー自分の卒業式でも気丈にしていた私ですが、このときはカメラのファインダーがぼけて見えませんでした。

(市報担当 久保)